



給食予定献立表 2024年6月



明の守しんどう学園
離乳食(後期) (A)

※ 後期食は、食材を約1cmサイズにカットしています。
※ 材料の都合で献立を変更することがあります。
※ 食べたことのない食材は、アレルギーの心配があるので、必ず給食までに試してください

献立種類	1日平均(3歳以上)				
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	148 kcal	6.1 g	1.6 g	29 g	0.5 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう			その他	おやつ		
				赤く血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑くからだの骨や毛になるもの 野菜類・湯類・くだもの類	黄く力や体温になるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類		時間	献立名	さいりょう
3	月	昼	豆腐の煮物 大根のお浸し 粥	充填豆腐	アスパラ 大根,人参	さとう 米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	388	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
4	火	昼	鶏と白菜の煮物 さつま芋の甘煮 粥	鶏肉	白菜 玉葱	さとう さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし	388	小魚せんべい	小魚せんべい
5	水	昼	しらすとブロッコリーのくず煮 キャベツのみそ煮 粥	しらす干し みそ	アスパラ キャベツ,人参	片栗粉 さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	388	ふかしポテト	じゃがいも,塩
6	木	昼	魚のからあげ煮 南瓜の煮物 粥	たら	ほうれん草 かぼちゃ,玉葱	さとう さとう 米	からあげ,片栗粉 うすくち醤油,和風だし	388	ベビーせんべい	アパソマパビー煎餅
7	金	昼	豆腐(木綿)のだし煮 白菜のお浸し 粥	木綿豆腐	人参 白菜,大根	米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	388	ふかし芋	さつま芋
8	土	昼	鶏と南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏肉	かぼちゃ ほうれん草,人参	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	388	ハイハイ	ハイハイ
10	月	昼	白菜のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	白菜 ほうれん草,人参	さとう,片栗粉 米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	388	しらす&わかめせんべい	しらす加煎餅
11	火	昼	魚と人参の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	黄金がし	人参 アスパラ,大根	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	388	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
12	水	昼	豆腐のおんかけ煮 キャベツのみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	かぼちゃ キャベツ,玉葱	さとう,片栗粉 さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	388	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
13	木	昼	魚とほうれん草の煮物 さつま芋の甘煮 粥	たら	ほうれん草 人参	さとう さつま芋,さとう 米	うすくち醤油,和風だし	388	ベビーせんべい	アパソマパビー煎餅
14	金	昼	鶏とじゃが芋のみそ煮 トマトのだし煮 粥	鶏肉,みそ	トマト,アスパラ	じゃがいも,さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	388	果物(バナナ)	バナナ
15	土	昼	豆腐のみそ煮 白菜のお浸し 粥	充填豆腐,みそ	キャベツ 白菜,人参	さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	388	ほうれん草と小松菜せんべい	わか草と小松菜煎餅
17	月	昼	豆腐のだし煮 キャベツのみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	アスパラ キャベツ,大根	さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	388	果物(オレンジ)	オレンジ
18	火	昼	魚と白菜の煮物 さつま芋の煮物 粥	黄金がし	白菜 人参	さとう さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし 濃口醤油,和風だし	388	ハイハイ	ハイハイ
19	水	昼	鶏のみそ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏肉,みそ	アスパラ,人参	じゃがいも,さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	388	ふかし芋	さつま芋
20	木	昼	牛と大根の煮物 キャベツのお浸し 粥	牛小間肉	大根 キャベツ,玉葱	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	388	ほうれん草と小松菜せんべい	わか草と小松菜煎餅
21	金	昼	豆腐(木綿)のみそ煮 ほうれん草のお浸し 粥	木綿豆腐,みそ	人参 ほうれん草,玉葱	さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	388	ふかしポテト	じゃがいも,塩
22	土	昼	豚と玉葱の煮物 白菜のお浸し 粥	豚小間肉	玉葱 白菜,人参	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	388	ベビーせんべい	アパソマパビー煎餅
24	月	昼	鶏と玉葱の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏肉	玉葱 ほうれん草,人参	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	388	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
25	火	昼	豆腐のみそ煮 南瓜の煮物 粥	充填豆腐,みそ	アスパラ かぼちゃ,玉葱	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	388	小魚せんべい	小魚せんべい
26	水	昼	しらすと白菜のくず煮 じゃが芋の煮物 粥	しらす干し	白菜 人参	片栗粉 じゃがいも,さとう 米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	388	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
27	木	昼	さつま芋の洋風そぼろ煮 アスパラのお浸し 粥	鶏ミンチ	アスパラ,人参	さつま芋,片栗粉 米	からあげ うすくち醤油,和風だし	388	ハイハイ	ハイハイ
28	金	昼	魚のみそ煮 キャベツのお浸し 粥	たら,みそ	人参 キャベツ,玉葱	さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	388	ふかし芋	さつま芋
29	土	昼	豆腐の煮物 大根のみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	ほうれん草 大根,人参	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	388	しらす&わかめせんべい	しらす加煎餅