給食予定献立表 2024年5月

明の守おかまち学園
離乳食(完了)(A)

※ 完了食は、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				
栄養素	ｴﾈﾙｷﾞｰ	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	232 kcal	8.1 g	2.1 g	48 g	0.8 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう 赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	さいりょう 緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	さいりょう 黄◇ 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	さいりょう その他	おやつ 時間	おやつ 献立名	おやつ ざいりょう
1	水	昼	豆腐のだし煮 南瓜の甘煮 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	人参 かぼちゃ,玉葱	 さとう そうめん 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	ﾎｳﾚﾝ草と小松菜煎餅
2	木	昼	豚と大根の煮物 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	大根 ｷｬﾍﾞﾂ,人参 ﾁﾝｹﾞﾝ菜	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
7	火	昼	魚のあんかけ煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのお浸し 味噌汁 ごはん	たら ワカメ,みそ	ほうれん草 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,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 和風だし	3時	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
8	水	昼	鶏と人参の煮物 さつま芋の甘煮 清汁 ごはん	鶏ﾓﾓ肉	人参 玉葱 しいたけ	さとう さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	しらす&わかめせんべい	しらすﾜｶﾒ煎餅
9	木	昼	豆腐(木綿)の煮物 大根のみそ煮 スープ ごはん	木綿豆腐 みそ	玉葱 大根,ｷｬﾍﾞﾂ 白菜	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし 鶏がらｽｰﾌﾟ	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
10	金	昼	じゃが芋の味噌そぼろ煮 キャベツのお浸し 清汁 ごはん	鶏ﾐﾝﾁ,みそ	ｷｬﾍﾞﾂ,人参 玉葱	じゃがいも,さとう,片栗粉 米	和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	ハイハイン	ハイハイン
11	土	昼	牛と玉葱の煮物 白菜のお浸し スープ ごはん	牛ﾓﾓ肉	玉葱 白菜,大根 なす	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 鶏がらｽｰﾌﾟ	3時	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
13	月	昼	豚と玉葱のみそ煮 キャベツのお浸し 清汁 ごはん	豚小間肉,みそ	玉葱 ｷｬﾍﾞﾂ,人参	さとう うどん 米	和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	果物(オレンジ)	ｵﾚﾝｼﾞ
14	火	昼	魚とほうれん草の煮物 さつま芋の甘煮 味噌汁 ごはん	黄金ｶﾞﾚｲ みそ	ほうれん草 玉葱	さとう さつま芋,さとう そうめん 米	濃口醤油,和風だし 和風だし	3時	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
15	水	昼	じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ﾐﾝﾁ みそ	 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,大根 なす	じゃがいも,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 和風だし	3時	小魚せんべい	小魚ｾﾝﾍﾞｲ
16	木	昼	魚の洋風煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	たら みそ	白菜 ほうれん草,人参 えのき	 米	ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
17	金	昼	豆腐のだし煮 人参の煮物 スープ ごはん	充填豆腐	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 人参,玉葱 しいたけ	 さとう 米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 鶏がらｽｰﾌﾟ	3時	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
18	土	昼	牛とキャベツのみそ煮 白菜のお浸し 清汁 ごはん	牛ﾓﾓ肉,みそ 木綿豆腐	ｷｬﾍﾞﾂ 白菜,大根	さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	ﾎｳﾚﾝ草と小松菜煎餅
20	月	昼	豚と玉葱の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 ワカメ,みそ	玉葱 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,人参	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
21	火	昼	豆腐のみそ煮 さつま芋の煮物 清汁 ごはん	充填豆腐,みそ	大根 玉葱 小松菜	さとう さつま芋,さとう 米	和風だし 濃口醤油,和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	しらす&わかめせんべい	しらすﾜｶﾒ煎餅
22	水	昼	豚のﾘﾁｬｯﾌﾟ煮 白菜のお浸し 清汁 ごはん	豚小間肉	 白菜,人参	じゃがいも,さとう そうめん 米	ｹﾁｬｯﾌﾟ,ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ うすくち醤油,和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	ハイハイン	ハイハイン
23	木	昼	鶏と南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ﾓﾓ肉 みそ	かぼちゃ ほうれん草,大根 玉葱	さとう 米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	小魚せんべい	小魚ｾﾝﾍﾞｲ
24	金	昼	しらすとブロッコリーのくず煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	しらす干し みそ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ ｷｬﾍﾞﾂ,人参 ﾁﾝｹﾞﾝ菜	片栗粉 米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも,塩
25	土	昼	豆腐のだし煮 大根のみそ煮 清汁 ごはん	充填豆腐 みそ	人参 大根,白菜 しめじ	 さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
27	月	昼	魚と人参の煮物 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	たら みそ	人参 大根 ﾁﾝｹﾞﾝ菜	さとう じゃがいも,さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
28	火	昼	豆腐(木綿)のみそ煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮物 スープ ごはん	木綿豆腐,みそ	白菜 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,人参 ほうれん草	さとう さとう 米	和風だし 濃口醤油,和風だし ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ	3時	ハイハイン	ハイハイン
29	水	昼	魚と玉葱の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	黄金ｶﾞﾚｲ みそ	玉葱 ほうれん草,白菜 大根	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
30	木	昼	豆腐の煮物 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	ほうれん草 ｷｬﾍﾞﾂ,人参 しめじ	さとう 米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	果物(りんご)	りんご
31	金	昼	鶏とブロッコリーのみそ煮 南瓜の甘煮 清汁 ごはん	鶏ﾓﾓ肉,みそ ワカメ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ かぼちゃ,玉葱	さとう さとう 米	和風だし 和風だし,うすくち醤油,塩	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	ﾎｳﾚﾝ草と小松菜煎餅