



給食予定献立表 2024年5月

明の守しんどう学園
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	13片 -	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	時	献立名	ざいりょう				時間	献立名	ざいりょう
				赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ 骨や歯になるもの	黄◇ 力や体温となるもの	その他			
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・菌類・くだもの類	穀類・油類・砂糖類・いも類				
1	水	昼	豆腐のだし煮 南瓜の甘露 味噌汁 ごはん	元祖豆腐 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	約1/4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 キャベツ、人参 ブロッコリー	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	ふかし手	さつま手
7	火	昼	魚のあんかけ煮 ブ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 ブロッコリー、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	野菜ハイハイ
8	水	昼	鶏と人参の煮物 さつま手の甘露 味噌汁 ごはん	鶏むね肉 みそ	人参 玉葱 しいたけ	さとう さつま手、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	しらすゑわかめせんべい	しらすゑ煎餅
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、キャベツ 白菜	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし 鶏がらスープ	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
10	金	昼	じゃが芋の味噌煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏むね肉、みそ	キャベツ、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	ハイハイ
11	土	昼	牛と玉葱の煮物 白菜のお浸し スープ ごはん	牛ヒレ肉	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 鶏がらスープ	3時	ベビーせんべい	アボカドパイ
13	月	昼	豚と玉葱のみそ煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉、みそ	玉葱 キャベツ、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	栗焼(オレンジ)	栗焼
14	火	昼	豚とほうれん草の煮物 さつま手の甘露 味噌汁 ごはん	黄金ひき肉	ほうれん草 玉葱	さとう さつま手、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	野菜ハイハイ
15	水	昼	じゃが芋の味噌煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏むね肉 みそ	ブロッコリー、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	小魚パイ
16	木	昼	豚の洋風煮 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	さとう 米	片栗粉 うすくち醤油、和風だし 和風だし	3時	ふかし手	さつま手
17	金	昼	豆腐のだし煮 人参の煮物 スープ ごはん	元祖豆腐 みそ	ブロッコリー 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 鶏がらスープ	3時	ベビーせんべい	アボカドパイ
18	土	昼	牛とキャベツのみそ煮 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	牛ヒレ肉、みそ 木綿豆腐	キャベツ 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	約1/4草と小松菜煎餅
20	月	昼	豚と玉葱の煮物 ブ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 ブロッコリー、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 さつま手の煮物 味噌汁 ごはん	元祖豆腐、みそ	大根 玉葱 小松菜	さとう さつま手、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	しらすゑわかめせんべい	しらすゑ煎餅
22	水	昼	豚のキャベツ煮 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉	白菜、人参	じゃがいも、さとう そうめん 米	キャベツ、片栗粉 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	ハイハイ
23	木	昼	しらすゑ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	しらすゑ	ブロッコリー キャベツ、人参 ブロッコリー	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
24	金	昼	鶏と南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し スープ ごはん	鶏むね肉	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 片栗粉	3時	小魚せんべい	小魚パイ
25	土	昼	豆腐のだし煮 大根のみそ煮 味噌汁 ごはん	元祖豆腐 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、うすくち醤油、塩	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
27	月	昼	鶏と人参の煮物 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	たら みそ	人参 大根 ブロッコリー	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	アボカドパイ
28	火	昼	豆腐(木綿)のみそ煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	木綿豆腐、みそ	白菜 ブロッコリー、人参 玉葱	さとう 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	ハイハイ	ハイハイ
29	水	昼	豚と玉葱の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	黄金ひき肉 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	ふかし手	さつま手
30	木	昼	豆腐の煮物 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	元祖豆腐 みそ	ほうれん草 キャベツ、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	栗焼(りんご)	りんご
31	金	昼	鶏とブロッコリーののみそ煮 南瓜の甘露 味噌汁 ごはん	鶏むね肉、みそ ワカメ	ブロッコリー 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	約1/4草と小松菜煎餅

