

給食予定献立表 2024年9月

明の守みに学園
離乳食(中期) (A)

- ※ 中期食は、食材をみじんぎり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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	104 kcal	4.6 g	0.8 g	21 g	0.4 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう				おやつ		
				赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの骨子を強えるもの	黄◇ カや体温となるもの	その他	時間	献立名	ざいりょう
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類				
2	月	昼	豆腐のだし煮 ブロッコリーのお浸し 粥	充填豆腐	キャブ アスパラ、玉葱	米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むい
3	火	昼	鶏とじゃが芋の煮物 大根の煮物 粥	鶏ミンチ	大根、白菜	じゃがいも、さとう さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アハ ママビ -煎餅
4	水	昼	魚のみそ煮 ほうれん草のお浸し 粥	たら、みそ	白菜 ほうれん草、人参	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイン	ハイハイン
5	木	昼	豆腐の煮物 キャベツのお浸し 粥	充填豆腐	アスパラ キャブ、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	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
6	金	昼	魚のあんかけ煮 さつま手の甘煮 粥	黄金がし	ほうれん草 人参	さとう、片栗粉 さつま手、さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	れん草と小松菜煎餅
7	土	昼	鶏と人参の煮物 大根のお浸し 粥	鶏ミンチ	人参 大根、白菜	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アハ ママビ -煎餅
9	月	昼	玉葱のそぼろ煮 南瓜の煮物 粥	鶏ミンチ	玉葱 かぼちゃ、人参	さとう、片栗粉 さとう 米	うすくち醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらす煎餅
10	火	昼	魚とブロッコリーのみそ煮 キャベツのお浸し 粥	たら、みそ	アスパラ キャブ、玉葱	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
11	水	昼	豆腐(木綿)の煮物 さつま手の甘煮 粥	木綿豆腐	ほうれん草 人参	さとう さつま手、さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
12	木	昼	鶏と人参の煮物 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ	人参 白菜、キャブ	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかし手	さつま手
13	金	昼	魚のじゃが芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	黄金がし	アスパラ、大根	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	3時	ベビーせんべい	アハ ママビ -煎餅
14	土	昼	鶏と白菜の煮物 玉葱のみそ煮 粥	鶏ミンチ みそ	白菜 玉葱、人参	さとう さとう 米	濃口醤油、和風だし 和風だし	3時	ハイハイン	ハイハイン
17	火	昼	魚と白菜の煮物 じゃが芋の煮物 粥	たら	白菜 人参	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	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	れん草と小松菜煎餅
18	水	昼	鶏とさつま手のみそ煮 大根のお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	大根、白菜	さつま手、さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
19	木	昼	魚とキャベツの煮物 アスパラのお浸し 粥	黄金がし	キャブ アスパラ、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	3時	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
20	金	昼	かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱	さとう 米	濃口醤油、和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アハ ママビ -煎餅
21	土	昼	豆腐のあんかけ煮 白菜のお浸し 粥	充填豆腐	アスパラ 白菜、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	3時	小魚せんべい	小魚むい
24	火	昼	魚のみそ煮 キャベツの煮物 粥	たら、みそ	アスパラ キャブ、人参	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
25	水	昼	鶏と白菜の煮物 かぼちゃの甘煮 粥	鶏ミンチ	白菜 かぼちゃ、玉葱	さとう さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
26	木	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	ほうれん草 人参	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	3時	しらす&わかめせんべい	しらす煎餅
27	金	昼	鶏と玉葱の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ	玉葱 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	3時	ふかし手	さつま手
30	月	昼	鶏と玉葱のみそ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	玉葱 アスパラ、人参	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン