

給食予定献立表 2024年9月

明の守みくに学園  
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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	231 kcal	8.3 g	2 g	48 g	0.8 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう			その他	時間	おやつ	
				赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの骨や歯を作るもの 野菜類・薯類・くだもの類	黄◇ カや体脂肪となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類			時間	献立名
2	月	昼	豆腐のだし煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	アスパラ アスパラ、玉葱	うどん 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	388	小魚せんべい	小魚のハイ
3	火	昼	豚とじゃが芋の洋風煮 大根の煮物 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	大根、白菜	じゃがいも さとう そうめん 米	オリーブオイル うすくち醤油、和風だし 和風だし	388	栗物(オレシジ)	お粥
4	水	昼	魚のみそ煮 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 小松菜	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	388	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 味噌汁 ごはん	充填豆腐 ワカメ、みそ	アスパラ アスパラ、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	388	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
6	金	昼	魚のあんかけ煮 さつま芋の甘煮 味噌汁 ごはん	真鯨、けい みそ	ほうれん草 人参 玉葱	さとう、片栗粉 さつま芋、さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし	388	ほうれん草と小松菜せんべい	お粥、ほう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 味噌汁 ごはん	鶏むね肉 みそ	人参 大根、白菜 しめじ	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	388	ベビーせんべい	アスパラ、アスパラ、人参煎餅
9	月	昼	玉葱のそぼろ煮 南瓜の煮物 味噌汁 ごはん	鶏むね肉 みそ	玉葱 かぼちゃ、人参 大根	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 和風だし	388	しらす＆わかめせんべい	しらす煎餅
10	火	昼	豚とブロッコリーのみそ煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	たら、みそ	アスパラ アスパラ、玉葱	さとう そうめん 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	388	ふかしポテト	じゃがいも、塩
11	水	昼	豆腐(木綿)の煮物 さつま芋の甘煮 味噌汁 ごはん	木綿豆腐 みそ	ほうれん草 人参 大根	さとう さつま芋、さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし	388	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
12	木	昼	鶏と人参の煮物 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉 ワカメ、みそ	人参 白菜、アスパラ	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	388	ふかし手	さつま芋
13	金	昼	魚のあんかけ煮 ブロッコリーのお浸し スープ ごはん	真鯨、けい みそ	アスパラ、大根 玉葱	じゃがいも、さとう 米	オリーブオイル、オリーブオイル うすくち醤油、和風だし 和風だし	388	ベビーせんべい	アスパラ、アスパラ、人参煎餅
14	土	昼	豚と白菜の煮物 玉葱のみそ煮 味噌汁 ごはん	豚小間肉 みそ	白菜 玉葱、人参 なす	さとう さとう 米	濃口醤油、和風だし 和風だし 和風だし、うすくち醤油、塩	388	ハイハイン	ハイハイン
17	火	昼	豚と白菜の煮物 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	たら みそ	白菜 人参 玉葱	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	388	ほうれん草と小松菜せんべい	お粥、ほうれん草と小松菜煎餅
18	水	昼	鶏とさつま芋のみそ煮 大根のお浸し スープ ごはん	鶏むね肉、みそ	大根、白菜 人参	さつま芋、さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし 和風だし	388	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
19	木	昼	豚とキャベツの煮物 アスパラのお浸し 味噌汁 ごはん	真鯨、けい みそ	アスパラ アスパラ、人参 オリーブオイル	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	388	栗物(バナナ)	バナナ
20	金	昼	かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のお浸し スープ ごはん	鶏むね肉 みそ	かぼちゃ ほうれん草、玉葱 アスパラ	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	388	ベビーせんべい	アスパラ、アスパラ、人参煎餅
21	土	昼	豆腐のあんかけ煮 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	アスパラ 白菜、人参 しめじ	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、うすくち醤油、塩	388	小魚せんべい	小魚のハイ
24	火	昼	魚のみそ煮 キャベツの煮物 味噌汁 ごはん	たら、みそ	アスパラ アスパラ、人参 大根	さとう 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	388	ふかしポテト	じゃがいも、塩
25	水	昼	豚と白菜の煮物 かぼちゃの甘煮 味噌汁 ごはん	鶏むね肉 みそ	白菜 かぼちゃ、玉葱	さとう さとう そうめん 米	濃口醤油、和風だし 和風だし	388	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 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	ほうれん草 人参 玉葱	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 和風だし	388	しらす＆わかめせんべい	しらす煎餅
27	金	昼	豚と玉葱の煮物 ブロッコリーのお浸し スープ ごはん	豚小間肉 みそ	玉葱 アスパラ、大根 オリーブオイル	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	388	ふかし手	さつま芋
30	月	昼	鶏と玉葱のみそ煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏むね肉、みそ	玉葱 アスパラ、人参 オリーブオイル	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	388	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン