

給食予定献立表 2024年10月

明の守みくに学園
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)				
	栄養素	174kcal	蛋白質 6.1g	脂質 1.5g	炭水化物 302g
平均栄養価	148 kcal	6.1 g	1.5 g	302 g	0.5 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう			その他	おやつ		
				赤◇ 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの骨子をまえるもの 野菜類・海藻類・くだもの類	黄◇ 力や体温となるもの 穀類・油類類・砂糖類・いも類		時間	献立名	さいりょう
1	火	昼	しらすとわかずのくす煮 じゃが芋の煮物 粥	しらす干し	わかず 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	3時	ベビーせんべい	アハ ママビ-煎餅
2	水	昼	鶏と人参の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏むね肉	人参 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	ふかし手	さつま手
3	木	昼	豚とアスパラのみそ煮 白菜のお浸し 粥	豚小間肉,みそ	アスパラ- 白菜,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	ハイハイ
4	金	昼	豆腐のあんかけ煮 人参の甘煮 粥	充填豆腐	ほうれん草 人参,玉葱	さとう,片栗粉 さとう 米	うすくち醤油,和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも,塩
5	土	昼	南瓜のそぼろ煮 大根のお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ 大根,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	ほうれん草と小松菜せんべい	約れ草と小松菜煎餅
7	月	昼	豆腐のみそ煮 ブロッコリー-の煮物 粥	充填豆腐,みそ	人参 アスパラ-,玉葱	さとう さとう 米	和風だし 濃口醤油,和風だし	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
8	火	昼	鶏と玉葱の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏むね肉	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	3時	ハイハイ	ハイハイ
9	水	昼	魚と人参の煮物 キャベツのお浸し 粥	黄金がし	人参 わかず,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	ふかし手	さつま手
10	木	昼	南瓜のそぼろ煮 大根のみそ煮 粥	鶏ミンチ みそ	かぼちゃ 大根,人参	さとう,片栗粉 さとう 米	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
11	金	昼	魚のトマト煮 さつま手の甘煮 粥	たら	トマト 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	ベビーせんべい	アハ ママビ-煎餅
12	土	昼	豆腐のみそ煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐,みそ	人参 アスパラ-	さとう じゃがいも,さとう 米	和風だし 濃口醤油,和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
15	火	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の甘煮 粥	充填豆腐	ほうれん草 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	3時	ふかしポテト	じゃがいも,塩
16	水	昼	魚のみそ煮 さつま手の煮物 粥	黄金がし,みそ	人参 玉葱	さとう さつま手,さとう 米	和風だし 濃口醤油,和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
17	木	昼	豚と大根の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	豚小間肉	大根 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	3時	小魚せんべい	小魚ハイ
18	金	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	人参 玉葱	じゃがいも,さとう 米	うすくち醤油,和風だし 濃口醤油,和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
19	土	昼	しらすとアスパラ-のくす煮 キャベツのみそ煮 粥	しらす干し みそ	アスパラ- わかず,人参	片栗粉 さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ベビーせんべい	アハ ママビ-煎餅
21	月	昼	魚のトマト煮 大根の煮物 粥	たら	トマト 大根,人参	さとう 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	しらすわかめ煎餅
22	火	昼	牛とじゃが芋の洋風煮 口菜のお浸し 粥	牛豚肉	白菜,人参	じゃがいも 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
23	水	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	3時	ベビーせんべい	アハ ママビ-煎餅
24	木	昼	魚とキャベツの煮物 さつま手の甘煮 粥	黄金がし	わかず 人参	さとう さつま手,さとう 米	濃口醤油,和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
25	金	昼	南瓜のそぼろ煮 ブロッコリー-のお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ アスパラ-,玉葱	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	栗焼(バナナ)	バナナ
26	土	昼	豆腐のあんかけ煮 じゃが芋のみそ煮 粥	充填豆腐	玉葱 人参	さとう,片栗粉 じゃがいも,さとう 米	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
28	月	昼	しらすと人参のくす煮 ほうれん草のお浸し 粥	しらす干し	人参 ほうれん草,玉葱	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	栗焼(オレンジ)	栗焼
29	火	昼	鶏とさつま手の煮物 大根のお浸し 粥	鶏むね肉	大根,人参	さつま手,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	約れ草と小松菜煎餅
30	水	昼	豆腐(木綿)のだし煮 アスパラ-の煮物 粥	木綿豆腐	人参 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	3時	ふかしポテト	じゃがいも,塩
31	木	昼	南瓜の味噌そぼろ煮 キャベツのお浸し 粥	鶏ミンチ,みそ	かぼちゃ わかず,玉葱	さとう,片栗粉 さとう 米	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