

給食予定献立表 2024年10月

明の守みに学園
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	1食あたり	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	234 kcal	7.6 g	1.8 g	48.6 g	0.8 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう			その他	時間	おやつ	
				魚類・肉類・豆類・卵類	野菜類・海藻類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類			献立名	ざいりょう
1	火	昼	しらすとキャベツのくず煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	しらす干し みそ	キャベツ 人参 なす	片栗粉 じゃがいも、さとう	3時	ベビーせんべい	おかずパンケーキ-煎餅	
2	水	昼	鶏と人参の煮物 ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏肉	人参 ほうれん草、玉葱	さとう そうめん 米	3時	ふかし芋	さつま芋	
3	木	昼	豚とアスパラのみそ煮 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	豚小間肉、みそ	アスパラ 白菜、人参 玉葱	さとう 米	3時	ハイハイン	ハイハイン	
4	金	昼	豆腐のあんかけ煮 人参の甘煮 味噌汁 ごはん	充填豆腐 ワカメ、みそ	ほうれん草 人参、玉葱	さとう、片栗粉 さとう 米	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 味噌汁 ごはん	鶏ミンチ みそ	かぼちゃ 大根、人参 しめじ	さとう、片栗粉 米	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	初ッ草と小松菜煎餅	
7	月	昼	豆腐のみそ煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	充填豆腐、みそ	人参 アスパラ、玉葱	さとう さとう そうめん 米	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 味噌汁 ごはん	鶏肉	玉葱 ほうれん草、人参	さとう 米	3時	ハイハイン	ハイハイン	
9	水	昼	魚と人参の煮物 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	黄金カレイ	人参 キャベツ、玉葱 パセリ	さとう 米	3時	ふかし芋	さつま芋	
10	木	昼	南瓜のそぼろ煮 大根のみそ煮 味噌汁 ごはん	鶏ミンチ みそ	かぼちゃ 大根、人参 玉葱	さとう、片栗粉 さとう 米	3時	野菜ハイハイン	野菜パン	
11	金	昼	魚のトマト煮 さつま芋の甘煮 スープ ごはん	たら	トマト 人参 ほうれん草	さとう さつま芋、さとう 米	3時	ベビーせんべい	おかずパンケーキ-煎餅	
12	土	昼	豆腐のみそ煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	充填豆腐、みそ	人参 アスパラ なす	さとう じゃがいも、さとう 米	3時	ハイハイン	ハイハイン	
15	火	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の甘煮 味噌汁 ごはん	充填豆腐 みそ	ほうれん草 かぼちゃ、人参	さとう、片栗粉 さとう そうめん 米	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩	
16	水	昼	魚のみそ煮 さつま芋の煮物 味噌汁 ごはん	黄金カレイ、みそ	人参 玉葱 大根	さとう さつま芋、さとう 米	3時	野菜ハイハイン	野菜パン	
17	木	昼	豚と大根の煮物 ほうれん草のお浸し スープ ごはん	豚小間肉	大根 ほうれん草、人参 アスパラ	さとう 米	3時	小魚せんべい	小魚パン	
18	金	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 スープ ごはん	充填豆腐 ワカメ	人参 玉葱	じゃがいも、さとう 米	3時	ハイハイン	ハイハイン	
19	土	昼	しらすとアスパラのみそ煮 キャベツのみそ煮 味噌汁 ごはん	しらす干し みそ	アスパラ キャベツ、人参 小松菜	片栗粉 さとう 米	3時	ベビーせんべい	おかずパンケーキ-煎餅	
21	月	昼	魚のトマト煮 大根の煮物 味噌汁 ごはん	たら	トマト 大根、人参 ほうれん草	さとう さとう 米	3時	しらすとわかめせんべい	しらす煎餅	
22	火	昼	牛とじゃが芋の洋風煮 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	牛筋肉	白菜、人参 玉葱	じゃがいも 米	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 スープ ごはん	木綿豆腐、みそ	人参 ほうれん草、玉葱 しいたけ	さとう 米	3時	ベビーせんべい	おかずパンケーキ-煎餅	
24	木	昼	魚とキャベツの煮物 さつま芋の甘煮 スープ ごはん	黄金カレイ	キャベツ 人参 パセリ	さとう さつま芋、さとう 米	3時	ハイハイン	ハイハイン	
25	金	昼	南瓜のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ミンチ みそ	かぼちゃ アスパラ、玉葱	さとう、片栗粉 そうめん 米	3時	栗焼パン	パン	
26	土	昼	豆腐のあんかけ煮 じゃが芋のみそ煮 スープ ごはん	充填豆腐 みそ ワカメ	玉葱 人参	さとう、片栗粉 じゃがいも、さとう 米	3時	野菜ハイハイン	野菜パン	
28	月	昼	しらすと人参のくず煮 ほうれん草のお浸し スープ ごはん	しらす干し	人参 ほうれん草、玉葱 アスパラ	片栗粉 米	3時	栗焼パン	パン	
29	火	昼	鶏とさつま芋の煮物 大根のお浸し 味噌汁 ごはん	鶏肉 絹ごし豆腐、みそ	大根、人参	さつま芋、さとう 米	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	初ッ草と小松菜煎餅	
30	水	昼	豆腐(木綿)のだし煮 アスパラの煮物 味噌汁 ごはん	木綿豆腐	人参 アスパラ、玉葱 なす	さとう 米	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 スープ ごはん	鶏ミンチ、みそ	かぼちゃ キャベツ、玉葱 豚り人参(星)	さとう、片栗粉 さとう 米	3時	ベビーせんべい	おかずパンケーキ-煎餅	