

給食予定献立表 2024年11月

明の守おかまち学園
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	177kcal	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	106 kcal	4.5 g	0.9 g	21.7 g	0.3 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう				その他	おやつ		
				赤◇ 血や肉になるもの	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ 力や体温となるもの	米		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					
1	金	昼	魚とアマガリンの煮物 じゃが芋のみそ煮 粥	たら みそ	アマガリン 人参	さとう じゃがいも,さとう 米	濃口醤油,和風だし 和風だし	3時	小魚せんべい	小魚せんべい	
2	土	昼	豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	充填豆腐	人参 ほうれん草,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	ハイハイ	ハイハイ	
5	火	昼	鶏と人参の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏むね	人参 アマガリン,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	ほうれん草と小松菜せんべい	初刈草と小松菜煎餅	
6	水	昼	魚とキャベツのみそ煮 大根の煮物 粥	黄金がし,みそ	キャベツ 大根,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	ふかし芋	さつま芋	
7	木	昼	豆腐(木綿)のだし煮 南瓜の甘煮 粥	木綿豆腐	人参 かぼちゃ,玉葱	さとう 米	うすくち醤油,和風だし	3時	小魚せんべい	小魚せんべい	
8	金	昼	鶏のトマト煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏むね	トマト アマガリン	さとう 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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ	
9	土	昼	さつま芋の味噌煮 白菜のお浸し 粥	鶏むね,みそ	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	3時	ベビーせんべい	アマガリンせんべい-煎餅	
11	月	昼	しらすとアマガリンのくず煮 南瓜の甘煮 粥	しらす干し	アマガリン かぼちゃ,玉葱	片栗粉 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	初刈草と小松菜煎餅	
12	火	昼	鶏とさつま芋の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏むね	ほうれん草,人参	さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも,塩	
13	水	昼	豆腐の煮物 白菜のお浸し 粥	充填豆腐	玉葱 白菜,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	小魚せんべい	小魚せんべい	
14	木	昼	魚とキャベツの煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	たら	キャベツ アマガリン,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	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ	
15	金	昼	豆腐のあんかけ煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	ほうれん草 玉葱	片栗粉 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	ベビーせんべい	アマガリンせんべい-煎餅	
16	土	昼	大根の味噌煮 さつま芋の甘煮 粥	鶏むね,みそ	大根 玉葱	さとう,片栗粉 さつま芋,さとう 米	和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ	
18	月	昼	豆腐(木綿)のあんかけ煮 南瓜のみそ煮 粥	木綿豆腐 みそ	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 和風だし	3時	ベビーせんべい	アマガリンせんべい-煎餅	
19	火	昼	大根の味噌煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏むね	大根 アマガリン,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	小魚せんべい	小魚せんべい	
20	水	昼	しらすとキャベツのくず煮 じゃが芋の煮物 粥	しらす干し	キャベツ 人参	片栗粉 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	ベビーせんべい	アマガリンせんべい-煎餅	
21	木	昼	豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	充填豆腐	人参 ほうれん草,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	ハイハイ	ハイハイ	
22	金	昼	ブロッコリーの味噌煮 人参のみそ煮 粥	鶏むね みそ	アマガリン 人参,玉葱	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	ふかしポテト	じゃがいも,塩	
25	月	昼	鶏と白菜の煮物 大根のみそ煮 粥	鶏むね みそ	白菜 大根,人参	さとう さとう 米	濃口醤油,和風だし 和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋	
26	火	昼	南瓜の味噌煮 キャベツのお浸し 粥	鶏むね,みそ	かぼちゃ キャベツ,人参	さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	小魚せんべい	小魚せんべい	
27	水	昼	豆腐の煮物 アマガリンのみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	人参 アマガリン,玉葱	さとう さとう 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	初刈草と小松菜煎餅	
28	木	昼	鶏とじゃが芋の煮物 大根のお浸し 粥	鶏むね	大根,人参	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	ハイハイ	ハイハイ	
29	金	昼	魚と玉葱の煮物 さつま芋の甘煮 粥	黄金がし	人参 玉葱	さとう さつま芋,さとう 米	うすくち醤油,和風だし	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ	
30	土	昼	大根の味噌煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏むね	大根 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 うすくち醤油,和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ	