

給食予定献立表 2024年10月

明の守しんどう学園
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	148 kcal	6.1 g	1.5 g	30 g	0.5 g
平均栄養価	148 kcal	6.1 g	1.5 g	30 g	0.5 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう				時間	おやつ	
				赤く、血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑く、からだの骨を育てるもの 野菜類・果類・くだもの類	黄く、力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他		献立名	さいりょう
1	火	昼	しらすとキャベツのくず煮 じゃが芋の煮物 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 うすくち醤油, 和風だし	3時	ベビーせんべい	アハ ヲマバ ビー煎餅
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	豚とブロッコリーのみそ煮 白菜のお浸し 粥	豚小間肉, みそ	ブロッコリー 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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
7	月	昼	豆腐のみそ煮 ブロッコリーのみそ煮 粥	充填豆腐, みそ	人参 ブロッコリー, 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	しらす&わかめせんべい	しらすかみ煎餅
9	水	昼	鶏と人参の煮物 キャベツのお浸し 粥	黄金がし	人参 キャベツ, 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	だら	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 ヲマバ ビー煎餅
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 ブロッコリー	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	ベビーせんべい	アハ ヲマバ ビー煎餅
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	さとう 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			
21	月	昼	魚のトマト煮 大根の煮物 粥	だら	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	しらすかみ煎餅
22	火	昼	牛とじゃが芋の洋風煮 白菜のお浸し 粥	牛むね肉	白菜, 人参	じゃがいも 米	オリーブオイル 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 ヲマバ ビー煎餅
24	木	昼	魚とキャベツの煮物 さつま手の甘煮 粥	黄金がし	キャベツ 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 ブロッコリー, 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	ベビーせんべい	アハ ヲマバ ビー煎餅
26	土	昼	豆腐のあんかけ煮 じゃが芋のみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	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	しらすと人参のくず煮 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	果物(オレンジ)	おやつ
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	ハイハイ	ハイハイ
30	水	昼	豆腐(木綿)のだし煮 ブロッコリーのみそ煮 粥	木綿豆腐	人参 ブロッコリー, 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 キャベツ, 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 ヲマバ ビー煎餅