

※現在、後期食に該当する園児がない為、後期食献立の作成をしておりません。こちらは献立例となります。

給食予定献立表 2023年_月

明の守福社会
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				
栄養素	1杯*	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	147 kcal	6.3 g	1.4 g	30 g	0.5 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう				おやつ		
				赤◇ 血や肉になるもの <small>魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類</small>	緑◇ からだの調子を整えるもの <small>野菜類・くだもの類</small>	黄◇ カヤ体温となるもの <small>穀類・油脂類・砂糖類・いも類</small>	その他	時間	献立名	ざいりょう
1	金	昼	鶏とキャベツのみそ煮 ブロッコリーの煮物 粥	鶏むね肉,みそ	キャベツ ブロッコリー,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	ふかしポテト	じゃがいも,塩
2	土	昼	豆腐と大根の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	充填豆腐	大根 ほうれん草,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	ハイハイ	ハイハイ
4	月	昼	魚とさつま芋の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	黄金加い	ブロッコリー,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	小魚せんべい	小魚むかい
5	火	昼	豆腐のみそ煮 かぼちゃの煮物 粥	充填豆腐,みそ	人参 かぼちゃ,玉葱	さとう さとう 米	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	初し草と小松菜煎餅
6	水	昼	豚とキャベツの洋風煮 大根のみそ煮 粥	豚小間肉 みそ	キャベツ 大根,人参	さとう 米	片割れ 和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
7	木	昼	鶏と南瓜のみそ煮 玉葱の煮物 粥	鶏むね肉,みそ	かぼちゃ 玉葱,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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
8	金	昼	豆腐の煮物 トマトのだし煮 粥	充填豆腐	人参 トマト,キャベツ	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	ハッピーせんべい	アパマンパピー煎餅
9	土	昼	魚のあんかけ煮 大根のお浸し 粥	たら	ほうれん草 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	ハイハイ	ハイハイ
11	月	昼	豆腐のだし煮 キャベツの煮物 粥	充填豆腐	ブロッコリー キャベツ,人参	さとう 米	うすくち醤油,和風だし 濃口醤油,和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも,塩
12	火	昼	魚と南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	黄金加い	かぼちゃ 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	ハッピーせんべい	アパマンパピー煎餅
13	水	昼	大根の味噌そぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏むね肉,みそ	大根 ブロッコリー,人参	さとう,片栗粉 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むかい
14	木	昼	豆腐の煮物 さつま芋の甘煮 粥	充填豆腐	白菜 人参	さとう さつま芋,さとう 米	うすくち醤油,和風だし	3時	果物(オレンジ)	おが
15	金	昼	鶏とじゃが芋の煮物 キャベツの煮浸し 粥	鶏むね肉	キャベツ,人参	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	しらす&わかめせんべい	しらす煎餅
16	土	昼	しらすと大根のくす煮 南瓜のみそ煮 粥	しらす干し みそ	大根 かぼちゃ,玉葱	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
19	火	昼	魚とブロッコリーの煮物 さつま芋の甘煮 粥	たら	ブロッコリー 人参	さとう さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
20	水	昼	鶏のケチャップ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏むね肉	キャベツ ほうれん草,玉葱	さとう 米	ケチャップ,片割れ うすくち醤油,和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むかい
21	木	昼	豆腐(木綿)のあんかけ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	木綿豆腐	玉葱 ブロッコリー,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	果物(バナナ)	バナナ
22	金	昼	かぼちゃのそぼろ煮 白菜のだし煮 粥	鶏むね肉	かぼちゃ 白菜,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	ハッピーせんべい	アパマンパピー煎餅
25	月	昼	じゃが芋のそぼろ煮 人参の甘煮 粥	鶏むね肉	人参,玉葱	じゃがいも,さとう さとう 米	濃口醤油,和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
26	火	昼	魚のみそ煮 キャベツの煮物 粥	たら,みそ	ほうれん草 キャベツ,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
27	水	昼	鶏と南瓜の洋風煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏むね肉	かぼちゃ ブロッコリー,人参	米	片割れ うすくち醤油,和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらす煎餅
28	木	昼	魚と人参の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	黄金加い	人参 ほうれん草,大根	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	ハッピーせんべい	アパマンパピー煎餅
29	金	昼	豆腐のみそ煮 かぼちゃの煮物 粥	絹ごし豆腐,みそ	人参 かぼちゃ,玉葱	さとう さとう 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	果物(オレンジ)	おが
30	土	昼	大根のそぼろ煮 さつま芋の甘煮 粥	鶏むね肉	大根 人参	さとう さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むかい