

給食予定献立表 2024年3月

明の守なかざき園
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				
栄養素	1歳児 -	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	149 kcal	6.3 g	1.6 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 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑◇ からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	時間	献立名	ざいりょう
1	金	昼	豆腐の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	充填豆腐	かぼちゃ アスパラ、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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
2	土	昼	じゃが芋のそぼろ煮 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ	白菜、玉葱	じゃがいも、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	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ餅
4	月	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	アパルマパルマビ-煎餅
5	火	昼	大根のそぼろ煮 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ	大根 白菜、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	ふかし芋	さつま芋
6	水	昼	豆腐の煮物 じゃが芋のみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	キャベツ 人参	さとう 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	小魚せんべい	小魚むし
7	木	昼	魚とブロッコリーの煮物 さつま芋の甘煮 粥	たら	アスパラ 玉葱	さとう さつま芋、さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
8	金	昼	豆腐のだし煮 キャベツのみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	ほうれん草 キャベツ、人参	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
9	土	昼	豚と南瓜のみそ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	豚小間肉、みそ	かぼちゃ アスパラ、玉葱	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
11	月	昼	魚と人参の煮物 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	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
12	火	昼	牛と大根のみそ煮 白菜の煮物 粥	牛筋肉、みそ	大根 白菜、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	ふかしポテト	じゃがいも、塩
13	水	昼	さつま芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	ほうれん草、大根	さつま芋、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
14	木	昼	豆腐のみそ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	充填豆腐、みそ	玉葱 アスパラ、人参	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	果物(バナナ)	バナナ
15	金	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の煮物 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 うすくち醤油、和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ餅
18	月	昼	豚と大根の煮物 キャベツのお浸し 粥	豚小間肉	大根 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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
19	火	昼	鶏とブロッコリーの洋風煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏筋肉	アスパラ ほうれん草、人参	米	オリーブオイル うすくち醤油、和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
21	木	昼	魚のみそ煮 じゃが芋の煮物 粥	黄金がし、みそ	人参 アスパラ	さとう じゃがいも、さとう 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
22	金	昼	豆腐(木綿)のだし煮 さつま芋の煮物 粥	木綿豆腐	白菜 人参	さつま芋、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
23	土	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	ベビーせんべい	アパルマパルマビ-煎餅
25	月	昼	豆腐の煮物 南瓜の甘煮 粥	絹ごし豆腐	キャベツ かぼちゃ、玉葱	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
26	火	昼	鶏のチキチキ煮 白菜の煮物 粥	鶏筋肉	大根 白菜、玉葱	さとう さとう 米	オリーブオイル、オリーブオイル うすくち醤油、和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
27	水	昼	牛と玉葱の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	牛筋肉	玉葱 アスパラ、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	果物(りんご)	りんご
28	木	昼	魚とほうれん草のみそ煮 キャベツのお浸し 粥	たら、みそ	ほうれん草 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	ハイハイ	ハイハイ
29	金	昼	豆腐のあんかけ煮 さつま芋の煮物 粥	充填豆腐	大根 玉葱	さとう、片栗粉 さつま芋、さとう 米	うすくち醤油、和風だし 濃口醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚むし