給食予定献立表 2024年4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（３歳以上）				
栄養素	ｴﾈﾙｷﾞｰ	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	145 kcal	6.1 g	1.6 g	29 g	0.4 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう				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◇　力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他	時間	献立名	さいりょう
1	月	昼	豆腐（木綿）のだし煮 ブロッコリーのお浸し 粥	木綿豆腐	人参 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,玉葱	米	うすくち醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
2	火	昼	さつま芋の味噌そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	豚ﾐﾝﾁ,みそ	ほうれん草,大根	さつま芋,さとう,片栗粉 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
3	水	昼	魚とブロッコリーの煮物 白菜のお浸し 粥	黄金ｶﾞﾚｲ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 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	ふかし芋	さつま芋
4	木	昼	豚とじゃが芋の煮物 トマトのだし煮 粥	豚小間肉	ﾄﾏﾄ,ｷｬﾍﾞﾂ	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	果物(りんご)	りんご
5	金	昼	しらすとほうれん草のくず煮 南瓜の甘煮 粥	しらす干し	ほうれん草 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	ハイハイン	ハイハイン
6	土	昼	豆腐の煮物 大根のお浸し 粥	充填豆腐	玉葱 大根,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	小魚ｾﾝﾍﾞｲ
8	月	昼	魚のあんかけ煮 キャベツのお浸し 粥	たら	人参 ｷｬﾍﾞﾂ,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	ふかしポテト	じゃがいも,塩
9	火	昼	豚と白菜の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのお浸し 粥	豚ﾓﾓ肉	白菜 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,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	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
10	水	昼	鶏とさつま芋のみそ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ﾓﾓ肉,みそ	ほうれん草,玉葱	さつま芋,さとう 米	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	しらすﾜｶﾒ煎餅
11	木	昼	豆腐の煮物 南瓜の甘煮 粥	充填豆腐	ｷｬﾍﾞﾂ かぼちゃ,人参	さとう 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	ﾎｳﾚﾝ草と小松菜煎餅
12	金	昼	鶏とブロッコリーの煮物 大根のお浸し 粥	鶏ﾓﾓ肉	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 大根,ほうれん草	さとう 米	濃口醤油,和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
13	土	昼	魚と人参の煮物 白菜のお浸し 粥	黄金ｶﾞﾚｲ	人参 白菜,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	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
15	月	昼	豆腐の煮物 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのお浸し 粥	充填豆腐	ｷｬﾍﾞﾂ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,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	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
16	火	昼	鶏と白菜のみそ煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏ﾓﾓ肉,みそ	白菜 玉葱	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	ほうれん草と小松菜せんべい	ﾎｳﾚﾝ草と小松菜煎餅
17	水	昼	豆腐（木綿）のｹﾁｬｯﾌﾟ煮 白菜のお浸し 粥	木綿豆腐	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 白菜,人参	さとう 米	ｹﾁｬｯﾌﾟ,ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ うすくち醤油,和風だし	3時	小魚せんべい	小魚ｾﾝﾍﾞｲ
18	木	昼	魚とほうれん草の煮物 キャベツのお浸し 粥	黄金ｶﾞﾚｲ	ほうれん草 ｷｬﾍﾞﾂ,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	ふかしポテト	じゃがいも,塩
19	金	昼	豚と大根の煮物 さつま芋の甘煮 粥	豚ﾓﾓ肉	大根 玉葱	さとう さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし	3時	ハイハイン	ハイハイン
20	土	昼	鶏と南瓜のみそ煮 大根のお浸し 粥	鶏ﾓﾓ肉,みそ	かぼちゃ 大根,人参	さとう さとう 米	和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅
22	月	昼	かぼちゃの味噌そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ﾐﾝﾁ,みそ	かぼちゃ ほうれん草,玉葱	さとう,片栗粉 米	和風だし うすくち醤油,和風だし	3時	果物(オレンジ)	ｵﾚﾝｼﾞ
23	火	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	人参 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	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	しらすﾜｶﾒ煎餅
24	水	昼	しらすとキャベツのくず煮 白菜のお浸し 粥	しらす干し	ｷｬﾍﾞﾂ 白菜,大根	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	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
25	木	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の煮物 粥	充填豆腐	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 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	小魚せんべい	小魚ｾﾝﾍﾞｲ
26	金	昼	鶏と人参の煮物 キャベツのお浸し 粥	鶏ﾓﾓ肉	人参 ｷｬﾍﾞﾂ,ほうれん草	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
27	土	昼	魚と白菜の煮物 さつま芋の甘煮 粥	たら	白菜 玉葱	さとう さつま芋,さとう 米	濃口醤油,和風だし	3時	ハイハイン	ハイハイン
30	火	昼	じゃが芋の洋風そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ﾐﾝﾁ	ほうれん草,玉葱	じゃがいも,片栗粉 米	ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ うすくち醤油,和風だし	3時	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾍﾞﾋﾞｰ煎餅