

給食予定献立表 2024年4月

明の守たまつ保育園
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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	146 kcal	6.1 g	1.5 g	29 g	0.4 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう			その他	時間	おやつ			
				赤く	血や肉になるもの	緑く			からだの調子を整えるもの	黄く	力や体温となるもの	献立名
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	アマガリ、玉葱		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	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	和風だし	3時	ベビーせんべい	アハハアハハビ-煎餅
3	水	昼	魚とブロッコリーの煮物 白菜のお浸し 粥	黄金がし		アマガリ、 白菜、人参		さとう	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、キャブ	じゃがいも、さとう	濃口醤油、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みそ煮 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	うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
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	うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚おハイ
8	月	昼	魚のあんかけ煮 キャベツのお浸し 粥	たら		人参 キャブ、玉葱		さとう、片栗粉	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 アマガリのお浸し 粥	豚ヒレ肉		白菜	アマガリ、人参	さとう	濃口醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
10	水	昼	鶏とさつま芋のみそ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ヒレ肉、みそ		ほうれん草、玉葱		さつま芋、さとう	和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
11	木	昼	豆腐の煮物 南瓜の甘煮 粥	充填豆腐		キャブ かぼちゃ、人参		さとう さとう	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	めい草と小松菜煎餅
12	金	昼	鶏とブロッコリーの煮物 大根のお浸し 粥	鶏ヒレ肉		アマガリ、 大根、ほうれん草		さとう	濃口醤油、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	黄金がし		人参 白菜、玉葱		さとう	濃口醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アハハアハハビ-煎餅
15	月	昼	豆腐の煮物 アマガリのお浸し 粥	充填豆腐		キャブ アマガリ、人参		さとう	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	豚と大根の煮物 さつま芋の甘煮 粥	豚ヒレ肉		大根 玉葱		さとう さつま芋、さとう	濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
17	水	昼	豆腐のみそ煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐、みそ		白菜 人参		さとう じゃがいも、さとう	和風だし	3時	ほうれん草と小松菜せんべい	めい草と小松菜煎餅
18	木	昼	魚とほうれん草の煮物 キャベツのお浸し 粥	黄金がし		ほうれん草 キャブ、大根		さとう	濃口醤油、和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
19	金	昼	豆腐(木綿)のガチャブ煮 白菜のお浸し 粥	木綿豆腐		アマガリ、 白菜、人参		さとう	ガチャブ、オリーブオイル うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚おハイ
20	土	昼	鶏と大根のみそ煮 南瓜の甘煮 粥	鶏ヒレ肉、みそ		大根 かぼちゃ、玉葱		さとう さとう	和風だし	3時	ベビーせんべい	アハハアハハビ-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	豚ミンチ、みそ		かぼちゃ ほうれん草、玉葱		さとう、片栗粉	和風だし	3時	果物(オレンジ)	オレンジ
23	火	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐		人参	アマガリ	じゃがいも、さとう	うすくち醤油、和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
24	水	昼	しらすとキャベツのみそ煮 白菜のお浸し 粥	しらす干し		キャブ 白菜、大根		片栗粉	うすくち醤油、和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
25	木	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の煮物 粥	充填豆腐		アマガリ、 かぼちゃ、人参		さとう、片栗粉 さとう	うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚おハイ
26	金	昼	鶏と人参の煮物 キャベツのお浸し 粥	鶏ヒレ肉		人参 キャブ、ほうれん草		さとう	濃口醤油、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	濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
30	火	昼	じゃが芋の洋風そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	豚ミンチ		ほうれん草、玉葱		じゃがいも、片栗粉	オリーブオイル うすくち醤油、和風だし	3時	ベビーせんべい	アハハアハハビ-煎餅

