

給食予定献立表 2024年4月

明の守こども園  
離乳食(完了)(A)



※ 完了食は、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				
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	228 kcal	7.8 g	2.1 g	47 g	0.8 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
1	月	昼	豆腐(木綿)のだし煮 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	木綿豆腐		人参 ブロッコリー、玉葱 キャベツ		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 スープ ごはん	豚ひき肉、みそ		ほうれん草、大根 しいたけ		3時	ベビーせんべい	アハツアハツビ-煎餅
3	水	昼	魚とブロッコリーの煮物 白菜のお浸し 味噌汁 ごはん	黄金がし ワカメ、みそ		ブロッコリー 白菜、人参		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 清汁 ごはん	豚小間肉		じゃがいも、さとう トマト、キャベツ		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 スープ ごはん	しらす干し		ほうれん草 かぼちゃ、玉葱 白菜		3時	ハイハイ	ハイハイ
6	土	昼	豆腐の煮物 大根のお浸し 味噌汁 ごはん	充填豆腐		玉葱 大根、人参 しめじ		3時	小魚せんべい	小魚むハイ
8	月	昼	魚のあんかけ煮 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	たら		人参 キャベツ、玉葱 小松菜		3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
9	火	昼	豚と白菜の煮物 ブロッコリーのお浸し スープ ごはん	豚小間肉 木綿豆腐		白菜 ブロッコリー、人参		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 清汁 ごはん	鶏ひき肉、みそ		ほうれん草、玉葱		3時	しらす&わかめせんべい	しらすか煎餅
11	木	昼	豆腐の煮物 南瓜の甘煮 清汁 ごはん	充填豆腐		キャベツ かぼちゃ、人参 玉葱		3時	ほうれん草と小松菜せんべい	初刈草と小松菜煎餅
12	金	昼	鶏とブロッコリーの煮物 大根のお浸し スープ ごはん	鶏ひき肉		ブロッコリー 大根、ほうれん草		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 味噌汁 ごはん	黄金がし		人参 白菜、玉葱 ブロッコリー		3時	ベビーせんべい	アハツアハツビ-煎餅
15	月	昼	豆腐の煮物 ブロッコリーのお浸し 味噌汁 ごはん	充填豆腐		キャベツ ブロッコリー、人参 小松菜		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 味噌汁 ごはん	豚小間肉		大根 玉葱 ほうれん草		3時	ハイハイ	ハイハイ
17	水	昼	豆腐(木綿)のキャベツ煮 白菜のお浸し 清汁 ごはん	木綿豆腐		ブロッコリー 白菜、人参 ブロッコリー		3時	小魚せんべい	小魚むハイ
18	木	昼	魚とほうれん草の煮物 キャベツのお浸し 清汁 ごはん	黄金がし		ほうれん草 キャベツ、大根 えのき		3時	ふかしポテト	じゃがいも、塩
19	金	昼	豆腐のみそ煮 じゃが芋の煮物 スープ ごはん	充填豆腐、みそ		白菜 人参		3時	ほうれん草と小松菜せんべい	初刈草と小松菜煎餅
20	土	昼	鶏と大根のみそ煮 南瓜の甘煮 清汁 ごはん	鶏ひき肉、みそ		大根 かぼちゃ、玉葱		3時	ベビーせんべい	アハツアハツビ-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 清汁 ごはん	豚ひき肉、みそ		かぼちゃ ほうれん草、玉葱		3時	果物(オレンジ)	りんご
23	火	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 味噌汁 ごはん	充填豆腐		人参 ブロッコリー しめじ		3時	しらす&わかめせんべい	しらすか煎餅
24	水	昼	しらすとキャベツのくず煮 白菜のお浸し スープ ごはん	しらす干し		キャベツ 白菜、大根 ブロッコリー		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 味噌汁 ごはん	充填豆腐		ブロッコリー かぼちゃ、人参 えのき		3時	小魚せんべい	小魚むハイ
26	金	昼	鶏と人参の煮物 キャベツのお浸し 味噌汁 ごはん	鶏ひき肉		人参 キャベツ、ほうれん草 玉葱		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 清汁 ごはん	たら		白菜 玉葱		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 清汁 ごはん	豚ひき肉		ほうれん草、玉葱 しめじ		3時	ベビーせんべい	アハツアハツビ-煎餅

