








給食予定献立表 2024年5月

明の守たまつ保育園
離乳食(初期) (A)

※ 初期食は、食材をすりつぶして提供しています。
※ 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回分	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	38 kcal	1.3 g	0.2 g	8.5 g	0 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりよう			その他	おやつ	
				赤く 血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑く からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄く 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類		時間	献立名
1	水	昼	豆腐 かぼちゃ 粥	充填豆腐	かぼちゃ	米			
2	木	昼	だいこん キャベツ 粥		大根 キャベツ	米			
7	火	昼	人参 ブロッコリー 粥		人参 ブロッコリー	米			
8	水	昼	さつまい 玉葱 粥		玉葱	さつまい 米			
9	木	昼	豆腐(木綿) だいこん 粥	木綿豆腐	大根	米			
10	金	昼	じゃがいも キャベツ 粥		キャベツ	じゃがいも 米			
11	土	昼	玉葱 白菜 粥		玉葱 白菜	米			
13	月	昼	人参 キャベツ 粥		人参 キャベツ	米			
14	火	昼	さつまい 玉葱 粥		玉葱	さつまい 米			
15	水	昼	じゃがいも ブロッコリー 粥		ブロッコリー	じゃがいも 米			
16	木	昼	たら 白菜 粥	たら	白菜		米		
17	金	昼	人参 かぼちゃ 粥		人参 かぼちゃ	米			
18	土	昼	白菜 だいこん 粥		白菜 大根	米			
20	月	昼	人参 ブロッコリー 粥		人参 ブロッコリー	米			
21	火	昼	豆腐 さつまい 粥	充填豆腐		さつまい 米			
22	水	昼	じゃがいも 白菜 粥		白菜	じゃがいも 米			
23	木	昼	かぼちゃ だいこん 粥		かぼちゃ 大根	米			
24	金	昼	ブロッコリー キャベツ 粥		ブロッコリー キャベツ	米			
25	土	昼	白菜 人参 粥		白菜 人参	米			
27	月	昼	人参 じゃがいも 粥		人参	じゃがいも 米			
28	火	昼	豆腐(木綿) ブロッコリー 粥	木綿豆腐	ブロッコリー	米			
29	水	昼	白菜 玉葱 粥		白菜 玉葱	米			
30	木	昼	キャベツ 人参 粥		キャベツ 人参	米			
31	金	昼	かぼちゃ ブロッコリー 粥		かぼちゃ ブロッコリー	米			

給食予定献立表 2024年5月

明の守たまつ保育園
離乳食(中期) (A)



※ 中期食は、食材をみじんぎり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
栄養素	174kcal				
平均栄養価	105 kcal	4.5 g	0.9 g	21 g	0.3 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 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	緑く からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	黄く 力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類			献立名	さいりょう
1	水	昼	豆腐のだし煮 南瓜の甘煮 粥	充填豆腐	人参 かぼちゃ、玉葱	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	めい草と小松菜煎餅
2	木	昼	鶏と大根の煮物 キャベツのお浸し 粥	鶏ミンチ	大根 キャベツ、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	ふかし芋	さつま芋
7	火	昼	魚のあんかけ煮 アツパチのお浸し 粥	だら	ほうれん草 アツパチ、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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
8	水	昼	鶏と人参の煮物 さつま芋の甘煮 粥	鶏ミンチ	人参 玉葱	さとう さつま芋、さとう 米	濃口醤油、和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
9	木	昼	豆腐(木綿)の煮物 大根のみそ煮 粥	木綿豆腐 みそ	玉葱 大根、キャベツ	さとう さとう 米	うすくち醤油、和風だし 和風だし	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
10	金	昼	じゃが芋の味噌そぼろ煮 キャベツのお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ		じゃがいも、さとう、片栗粉 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
11	土	昼	鶏と玉葱の煮物 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ	玉葱 白菜、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	ベビーせんべい	アパツマビビ煎餅
13	月	昼	鶏と玉葱のみそ煮 キャベツのお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	玉葱 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	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
14	火	昼	魚とほうれん草の煮物 さつま芋の甘煮 粥	黄金がし	ほうれん草 玉葱	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
15	水	昼	じゃが芋の味噌煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ		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	小魚せんべい	小魚わパイ
16	木	昼	魚と白菜の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	だら	白菜 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	ふかし芋	さつま芋
17	金	昼	豆腐のだし煮 南瓜の煮物 粥	充填豆腐	人参 かぼちゃ、玉葱	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	ベビーせんべい	アパツマビビ煎餅
18	土	昼	鶏とキャベツのみそ煮 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	キャベツ 白菜、大根	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	めい草と小松菜煎餅
20	月	昼	鶏と玉葱の煮物 アツパチのお浸し 粥	鶏ミンチ	玉葱 アツパチ、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	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
21	火	昼	豆腐のみそ煮 さつま芋の煮物 粥	充填豆腐、みそ	大根 玉葱	さとう さつま芋、さとう 米	和風だし 濃口醤油、和風だし	3時	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
22	水	昼	鶏とじゃが芋の煮物 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ		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	ハイハイ	ハイハイ
23	木	昼	鶏と南瓜の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ ほうれん草、大根	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	小魚わパイ
24	金	昼	しらすとブロッコリーのくす煮 キャベツのお浸し 粥	しらす干し	アツパチ キャベツ、人参	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
25	土	昼	豆腐のだし煮 大根のみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	人参 大根、白菜	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
27	月	昼	鶏と人参の煮物 じゃが芋の煮物 粥	だら	人参 大根	さとう 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	ベビーせんべい	アパツマビビ煎餅
28	火	昼	豆腐(木綿)のみそ煮 アツパチの煮物 粥	木綿豆腐、みそ	白菜 アツパチ、人参	さとう さとう 米	和風だし 濃口醤油、和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
29	水	昼	魚と玉葱の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	黄金がし	玉葱 ほうれん草、白菜	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
30	木	昼	豆腐の煮物 キャベツのお浸し 粥	充填豆腐	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 うすくち醤油、和風だし	3時	小魚せんべい	小魚わパイ
31	金	昼	鶏とブロッコリーのみそ煮 南瓜の甘煮 粥	鶏ミンチ、みそ		アツパチ かぼちゃ、玉葱 さとう さとう 米	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