




※現在、初期食に該当する園児がない為、初期食献立の作成をしておりません。こちらは献立例となります。

給食予定献立表 2023年__月

明の守福社会
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杯分 -	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	40 kcal	1.2 g	0.3 g	9 g	0 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	緑◇ からだの調子を整えるもの	黄◇ カや体温となるもの	その他	時間	献立名	ざいりょう
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類・藻類	野菜類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類				
1	金	昼	キャベツ ブロッコリー 粥		キャベツ ブロッコリー	米				
2	土	昼	だいこん 人参 粥		大根 人参	米				
4	月	昼	かだい さつま芋 粥	黄金がだい		さつま芋 米				
5	火	昼	かぼちゃ 玉葱 粥		かぼちゃ 玉葱	米				
6	水	昼	キャベツ 人参 粥		キャベツ 人参	米				
7	木	昼	かぼちゃ 玉葱 粥		かぼちゃ 玉葱	米				
8	金	昼	人参 キャベツ 粥		人参 キャベツ	米				
9	土	昼	だいこん 人参 粥		大根 人参	米				
11	月	昼	豆腐 キャベツ 粥	充填豆腐	キャベツ	米				
12	火	昼	かぼちゃ 玉葱 粥		かぼちゃ 玉葱	米				
13	水	昼	ブロッコリー 人参 粥		ブロッコリー 人参	米				
14	木	昼	白菜 さつま芋 粥		白菜	さつま芋 米				
15	金	昼	じゃがいも 人参 粥		人参	じゃがいも 米				
16	土	昼	かぼちゃ 玉葱 粥		かぼちゃ 玉葱	米				
19	火	昼	ブロッコリー 人参 粥		ブロッコリー 人参	米				
20	水	昼	キャベツ 玉葱 粥		キャベツ 玉葱	米				
21	木	昼	豆腐(木綿) ブロッコリー 粥	木綿豆腐	ブロッコリー	米				
22	金	昼	かぼちゃ 白菜 粥		かぼちゃ 白菜	米				
25	月	昼	じゃが芋 人参 粥		人参	じゃがいも 米				
26	火	昼	キャベツ 人参 粥		キャベツ 人参	米				
27	水	昼	かぼちゃ ブロッコリー 粥		かぼちゃ ブロッコリー	米				
28	木	昼	人参 だいこん 粥		人参 大根	米				
29	金	昼	豆腐 かぼちゃ 粥	絹ごし豆腐	かぼちゃ	米				
30	土	昼	さつま芋 人参 粥		人参	さつま芋 米				

給食予定献立表 2024年10月

明の守なかざき園
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				
	栄養素	1杯当り	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	103 kcal	4.4 g	0.8 g	22 g	0.3 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう			その他	時間	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◇ かや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類			献立名	ざいりょう
1	火	昼	しらすとキャベツのくす煮 じゃが芋の煮物 粥	しらす干し	キャベツ 人参	片栗粉 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	ベビーせんべい	アハ! ママ! ビー - 煎餅
2	水	昼	鶏と人参の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	人参 ほうれん草, 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	ふかし芋	さつま芋
3	木	昼	鶏とアスパラのみそ煮 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ, みそ	アスパラ 白菜, 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
4	金	昼	豆腐のあんかけ煮 人参の甘煮 粥	充填豆腐	ほうれん草 人参, 玉葱	さとう, 片栗粉 さとう 米	うすくち醤油, 和風だし	3時	ふかしポテト	じゃがいも, 塩
5	土	昼	南瓜のそぼろ煮 大根のお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ 大根, 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	ほうれん草と小松菜せんべい	納豆草と小松菜煎餅
7	月	昼	豆腐のみそ煮 ブロッコリーの煮物 粥	充填豆腐, みそ	人参 アスパラ, 玉葱	さとう さとう 米	和風だし 濃口醤油, 和風だし	3時	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
8	火	昼	鶏と玉葱の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	玉葱 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	小魚せんべい	小魚むし
9	水	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	ふかし芋	さつま芋
10	木	昼	じゃが芋のそぼろ煮 大根のみそ煮 粥	鶏ミンチ みそ	大根, 人参	じゃがいも, 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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
11	金	昼	魚のトマト煮 さつま芋の甘煮 粥	たら	トマト 人参	さとう さつま芋, さとう 米	うすくち醤油, 和風だし	3時	ベビーせんべい	アハ! ママ! ビー - 煎餅
12	土	昼	豆腐のみそ煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐, みそ	人参 アスパラ	さとう じゃがいも, 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
15	火	昼	豆腐のあんかけ煮 南瓜の甘煮 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	3時	ふかしポテト	じゃがいも, 塩
16	水	昼	魚のみそ煮 さつま芋の煮物 粥	黄金がし, みそ	人参 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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
17	木	昼	鶏と大根の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	大根 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	小魚せんべい	小魚むし
18	金	昼	豆腐のだし煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	人参 玉葱	じゃがいも, 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
19	土	昼	しらすとアスパラのくす煮 キャベツのみそ煮 粥	しらす干し みそ	アスパラ キャベツ, 人参	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	アハ! ママ! ビー - 煎餅
21	月	昼	魚のトマト煮 大根の煮物 粥	たら	トマト 大根, 人参	さとう 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	アハ! ママ! ビー - 煎餅
22	火	昼	鶏とじゃが芋の煮物 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ	白菜, 人参	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	蒸しかぼちゃ	かぼちゃ
23	水	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	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
24	木	昼	魚とキャベツの煮物 さつま芋の甘煮 粥	黄金がし	キャベツ 人参	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
25	金	昼	南瓜のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ	かぼちゃ アスパラ, 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	ベビーせんべい	アハ! ママ! ビー - 煎餅
26	土	昼	豆腐のあんかけ煮 じゃが芋のみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	玉葱 人参	さとう, 片栗粉 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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
28	月	昼	しらすと人参のくす煮 ほうれん草のお浸し 粥	しらす干し	人参 ほうれん草, 玉葱	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	ベビーせんべい	アハ! ママ! ビー - 煎餅
29	火	昼	鶏とさつま芋の煮物 大根のお浸し 粥	鶏ミンチ	大根, 人参	さつま芋, さとう 米	濃口醤油, 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	納豆草と小松菜煎餅
30	水	昼	豆腐(木綿)のだし煮 アスパラの煮物 粥	木綿豆腐	人参 アスパラ, 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	ふかしポテト	じゃがいも, 塩
31	木	昼	南瓜の味噌そぼろ煮 キャベツのお浸し 粥	鶏ミンチ, みそ	かぼちゃ キャベツ, 玉葱	さとう, 片栗粉 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	アハ! ママ! ビー - 煎餅