

# 給食予定献立表 2024年10月

明の守こども園  
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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	41 kcal	1.3 g	0.3 g	8.8 g	0 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう			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◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類			献立名	さいりょう
1	火	昼	キャベツ じゃがいも 粥		キャベツ	じゃがいも 米				
2	水	昼	人参 玉葱 粥		人参 玉葱	米				
3	木	昼	ブロッコリー 白菜 粥		ブロッコリー 白菜	米				
4	金	昼	豆腐 人参 粥	充填豆腐	人参	米				
7	月	昼	豆腐 ブロッコリー 粥	充填豆腐	ブロッコリー	 米				
8	火	昼	玉葱 人参 粥		玉葱 人参	米				
9	水	昼	かわけい キャベツ 粥	黄金がし	キャベツ	米				
10	木	昼	かぼちゃ だいこん 粥		かぼちゃ 大根	米				
11	金	昼	さつま芋 人参 粥		人参	 さつま芋 米				
12	土	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				
15	火	昼	豆腐 かぼちゃ 粥	充填豆腐	かぼちゃ	米				
16	水	昼	さつま芋 玉葱 粥		玉葱	さつま芋 米				
17	木	昼	だいこん 人参 粥		大根 人参	米				
18	金	昼	じゃがいも 玉葱 粥		玉葱	じゃがいも 米				
19	土	昼	ブロッコリー キャベツ 粥		ブロッコリー キャベツ	米				
21	月	昼	だいこん 人参 粥		大根 人参	米				
22	火	昼	じゃがいも 白菜 粥		白菜	じゃがいも 米				
23	水	昼	豆腐 人参 粥	木綿豆腐	人参	 米				
24	木	昼	キャベツ さつま芋 粥		キャベツ	さつま芋 米				
25	金	昼	かぼちゃ ブロッコリー 粥		かぼちゃ ブロッコリー	米				
26	土	昼	じゃがいも 人参 粥		人参	じゃがいも 米				
28	月	昼	人参 玉葱 粥		人参 玉葱	米				
29	火	昼	さつま芋 だいこん 粥		大根	 さつま芋 米				
30	水	昼	豆腐 ブロッコリー 粥	木綿豆腐	ブロッコリー	米				
31	木	昼	かぼちゃ キャベツ 粥		かぼちゃ キャベツ	米				

# 給食予定献立表 2024年10月

明の守こども園  
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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	104 kcal	4.2 g	0.8 g	22 g
				食塩 0.3 g

日	曜日	時間	献立名	さいりょう				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◇ カや体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	その他		献立名	さいりょう
1	火	昼	しらすとアマガリンのくず煮 じゃが芋の煮物 粥	しらす干し	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	アハノマハビ-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	豚とアマガリンのみそ煮 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	アマガリン- 白菜、人参	さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ハイハイン	ハイハイン
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
7	月	昼	豆腐のみそ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	充填豆腐、みそ	人参 アマガリン、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	ハイハイン	ハイハイン
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 人参、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	南瓜のそぼろ煮 大根のみそ煮 粥	鶏ミンチ みそ	かぼちゃ 大根、人参	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	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
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	アハノマハビ-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 アマガリン	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	ハイハイン	ハイハイン
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	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
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	ベビーせんべい	アハノマハビ-煎餅
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	ハイハイン	ハイハイン
19	土	昼	しらすとアマガリンのくず煮 キャベツのみそ煮 粥	しらす干し みそ	アマガリン- 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	アハノマハビ-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	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
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	ベビーせんべい	アハノマハビ-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	ハイハイン	ハイハイン
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 アマガリン、玉葱	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	ベビーせんべい	アハノマハビ-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	野菜ハイハイン	野菜ハイハイン
28	月	昼	しらすと人参のくず煮 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 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	アハノマハビ-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	ハイハイン	ハイハイン
30	水	昼	豆腐(木綿)のだし煮 アマガリンの煮物 粥	木綿豆腐	人参 アマガリン、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	南瓜の味噌煮 キャベツのお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	かぼちゃ 人参、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	アハノマハビ-煎餅