

給食予定献立表 2024年11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	174kcal	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	148 kcal	6.5 g	1.5 g	29.9 g
				食塩 0.4 g

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう			その他	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		時間	献立名	ざいりょう
				魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	野菜類・藻類・くだもの類	穀類・油脂類・砂糖類・いも類				
1	金	昼	魚とアロケラの煮物 じゃが芋のみそ煮 粥	たら みそ	アロケラ 人参	さとう じゃがいも,さとう 米	濃口醤油,和風だし 和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
2	土	昼	豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	充填豆腐	人参 ほうれん草,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	ハイハイ	ハイハイ
5	火	昼	豚と人参の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	豚ヒレ肉	人参 アロケラ,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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
6	水	昼	魚とキャベツのみそ煮 大根の煮物 粥	黄金がし,みそ	キャベツ 大根,人参	さとう さとう 米	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	木	昼	豆腐(木綿)のだし煮 南瓜の甘煮 粥	木綿豆腐	人参 かぼちゃ,玉葱	さとう 米	うすくち醤油,和風だし	3時	ハイハイ	ハイハイ
8	金	昼	鶏のトマト煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏ヒレ肉	トマト アロケラ	さとう 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	果物(オレンジ)	りんご
11	月	昼	ブロッコリーのそぼろ煮 人参のみそ煮 粥	鶏ミンチ みそ	アロケラ 人参,玉葱	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	ハイハイ	ハイハイ
12	火	昼	魚のあんかけ煮 南瓜の甘煮 粥	黄金がし	ほうれん草 かぼちゃ,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
13	水	昼	豆腐の煮物 白菜のお浸し 粥	充填豆腐	玉葱 白菜,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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
14	木	昼	魚とキャベツの煮物 大根のお浸し 粥	たら	キャベツ 大根,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
15	金	昼	豆腐のあんかけ煮 じゃが芋の煮物 粥	充填豆腐	ほうれん草 玉葱	片栗粉 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	ハッピーせんべい	アパル'マパ'ビ-煎餅
16	土	昼	大根の味噌そぼろ煮 さつま芋の甘煮 粥	鶏ミンチ,みそ	大根 玉葱	さとう,片栗粉 さつま芋,さとう 米	和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
18	月	昼	豆腐(木綿)のあんかけ煮 南瓜のみそ煮 粥	木綿豆腐 みそ	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 和風だし	3時	ハッピーせんべい	アパル'マパ'ビ-煎餅
19	火	昼	大根のそぼろ煮 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ	大根 アロケラ,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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
20	水	昼	しらすとキャベツのくず煮 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 濃口醤油,和風だし	3時	果物(バナナ)	バナナ
21	木	昼	牛と白菜の煮物 大根のみそ煮 粥	牛ヒレ肉 みそ	白菜 大根,人参	さとう さとう 米	濃口醤油,和風だし 和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
22	金	昼	豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	充填豆腐	人参 ほうれん草,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	ハイハイ	ハイハイ
25	月	昼	豚そぼろのケチャップ煮 さつま芋の甘煮 粥	豚ミンチ500gP	アロケラ 人参	さとう さつま芋,さとう 米	キャベツ,キャロット	3時	ふかしポテト	じゃがいも,塩
26	火	昼	南瓜の味噌そぼろ煮 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ,みそ	かぼちゃ 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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
27	水	昼	豆腐の煮物 キャベツのみそ煮 粥	充填豆腐 みそ	人参 キャベツ,アロケラ	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ハッピーせんべい	アパル'マパ'ビ-煎餅
28	木	昼	牛とじゃが芋の煮物 大根のお浸し 粥	牛ヒレ肉	大根,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	ハイハイ	ハイハイ
29	金	昼	魚と玉葱の煮物 南瓜の甘煮 粥	黄金がし	人参 かぼちゃ,玉葱	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし	3時	ふかし芋	さつま芋
30	土	昼	大根のそぼろ煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏ミンチ	大根 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 うすくち醤油,和風だし	3時	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ