給食予定献立表 2024年11月

明の守保育園
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	ｴﾈﾙｷﾞｰ	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	148 kcal	6.5 ｇ	1.5 ｇ	29.9 ｇ	0.5 ｇ

日	曜日	時間	献立名	ざいりょう 赤◇　血や肉になるもの 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	ざいりょう 緑◇　からだの調子を整えるもの 野菜類・藻類・くだもの類	ざいりょう 黄◇　力や体温となるもの 穀類・油脂類・砂糖類・いも類	ざいりょう その他	おやつ 時間	おやつ 献立名	おやつ ざいりょう
1	金	昼	魚とﾌﾞﾛｯｺﾘｰの煮物 じゃが芋のみそ煮 粥	たら みそ	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 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	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
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	ハイハイン	ハイハイン
5	火	昼	豚と人参の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	豚ﾓﾓ肉	人参 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,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	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
6	水	昼	魚とキャベツのみそ煮 大根の煮物 粥	黄金ｶﾞﾚｲ,みそ	ｷｬﾍﾞﾂ 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	ハイハイン	ハイハイン
8	金	昼	鶏のトマト煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏ﾑﾈ肉	トマト ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	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)	ｵﾚﾝｼﾞ
11	月	昼	魚のあんかけ煮 南瓜の甘煮 粥	黄金ｶﾞﾚｲ	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	ハイハイン	ハイハイン
12	火	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	ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 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	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	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
14	木	昼	魚とキャベツの煮物 大根のお浸し 粥	たら	ｷｬﾍﾞﾂ 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	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾊﾞﾋﾞｰ煎餅
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	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
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	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾊﾞﾋﾞｰ煎餅
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 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ,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	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
20	水	昼	しらすとｷｬﾍﾞﾂのくず煮 じゃが芋の煮物 粥	しらす干し	ｷｬﾍﾞﾂ 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	牛ﾓﾓ肉 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	ハイハイン	ハイハイン
25	月	昼	豚ミンチ500ｇP		ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ 人参	さとう さつま芋,さとう 米	ｹﾁｬｯﾌﾟ,ﾁｷﾝｺﾝｿﾒ	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	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ
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 ｷｬﾍﾞﾂ,ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ	さとう さとう 米	うすくち醤油,和風だし 和風だし	3時	ハイハイン	ハイハイン
28	木	昼	牛とじゃが芋の煮物 大根のお浸し 粥	牛ﾓﾓ肉	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	ベビーせんべい	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾊﾞﾋﾞｰ煎餅
29	金	昼	魚と玉葱の煮物 南瓜の甘煮 粥	黄金ｶﾞﾚｲ	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	野菜ハイハイン	野菜ﾊｲﾊｲﾝ