

給食予定献立表 2024年11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	I補給 -	蛋白質	脂質	炭水化物	食塩
平均栄養価	41 kcal	1.2 g	0.3 g	8.8 g	0 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 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◇ 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	金	昼	ブロッコリー じゃがいも 粥		ブロッコリー	じゃがいも 米			
2	土	昼	人参 玉葱 粥		人参 玉葱	米			
5	火	昼	ブロッコリー 玉葱 粥		ブロッコリー 玉葱	米			
6	水	昼	キャベツ 人参 粥		キャベツ 人参	米			
7	木	昼	豆腐(木綿) かぼちゃ 粥	木綿豆腐	かぼちゃ	米			
8	金	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			
9	土	昼	さつまい 白菜 粥		白菜	さつまい 米			
11	月	昼	ブロッコリー かぼちゃ 粥		ブロッコリー かぼちゃ	米			
12	火	昼	さつまい 人参 粥		人参	さつまい 米			
13	水	昼	玉葱 白菜 粥		玉葱 白菜	米			
14	木	昼	たら ブロッコリー 粥	たら	ブロッコリー	米			
15	金	昼	じゃがいも 玉葱 粥		玉葱	じゃがいも 米			
16	土	昼	だいこん さつまい 粥		大根	さつまい 米			
18	月	昼	豆腐(木綿) かぼちゃ 粥	木綿豆腐	かぼちゃ	米			
19	火	昼	ブロッコリー 玉葱 粥		ブロッコリー 玉葱	米			
20	水	昼	キャベツ じゃがいも 粥		キャベツ	じゃがいも 米			
21	木	昼	白菜 だいこん 粥		白菜 大根	米			
22	金	昼	人参 玉葱 粥		人参 玉葱	米			
25	月	昼	ブロッコリー 人参 粥		ブロッコリー 人参	米			
26	火	昼	かぼちゃ 玉葱 粥		かぼちゃ 玉葱	米			
27	水	昼	豆腐 キャベツ 粥	充填豆腐	キャベツ	米			
28	木	昼	じゃがいも 人参 粥		人参	じゃがいも 米			
29	金	昼	玉葱 かぼちゃ 粥		玉葱 かぼちゃ	米			
30	土	昼	だいこん 人参 粥		大根 人参	米			

給食予定献立表 2024年11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	177kcal	蛋白質	脂質	炭水化物
平均栄養価	106 kcal	4.4 g	0.8 g	21.7 g
				食塩 0.3 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 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	その他	時間	献立名	ざいりょう
1	金	昼	魚とアマガリンの煮物 じゃが芋のみそ煮 粥	たら みそ	アマガリン 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	鶏と人参の煮物 ブロッコリーのお浸し 粥	鶏ミンチ	人参 アマガリン、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	小魚せんべい	小魚せんべい
8	金	昼	鶏のトマト煮 じゃが芋の煮物 粥	鶏ミンチ	トマト アマガリン	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	野菜ハイハイ	野菜ハイハイ
9	土	昼	さつま芋の味噌そぼろ煮 白菜のお浸し 粥	鶏ミンチ、みそ	白菜、人参	さつま芋、さとう 米	和風だし うすくち醤油、和風だし	3時	ハッピーせんべい	ハッピーせんべい-煎餅
11	月	昼	しらすとアマガリンのくす煮 南瓜の甘煮 粥	しらす干し	アマガリン かぼちゃ、玉葱	片栗粉 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	ほうれん草と小松菜煎餅
12	火	昼	鶏とさつま芋の煮物 ほうれん草のお浸し 粥	鶏ミンチ	ほうれん草、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	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 ブロッコリーのお浸し 粥	たら	キャベツ アマガリン、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	ハッピーせんべい-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	しらす&わかめせんべい	しらすわかめ煎餅
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 アマガリン、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 濃口醤油、和風だし	3時	ハッピーせんべい	ハッピーせんべい-煎餅
21	木	昼	鶏と白菜の煮物 大根のみそ煮 粥	鶏ミンチ 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	しらすとアマガリンのくす煮 人参のみそ煮 粥	しらす干し みそ	アマガリン 人参、玉葱	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
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、アマガリン	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	ハッピーせんべい-煎餅
28	木	昼	鶏とじゃが芋の煮物 大根のお浸し 粥	鶏ミンチ	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