

令和3年 10月

きゅうしょくだより (離乳食 12~18か月)

箕面市立保育所

日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
1 15 (金)	牛乳	軟飯 炒め煮 柔らか煮	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし 昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	りんご ふかしいも 牛乳
2 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 梨 	米 / 鶏肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,だし 昆布 等 / 梨	食パン 牛乳
4 18 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 すまし汁	米 / 豚肉,凍り豆腐,茄子,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / 焼ふ,小松菜,だし昆布 等	梨 おじや 牛乳
5 19 (火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / じゃがいも,人 参,だし昆布 等	りんご スープ煮 牛乳 
6 20 (水)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし 昆布 等 / 切干し大根,だし昆布 等	巨峰 お好みおやき 牛乳
7 21 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し 	米 / 牛肉,(絹)豆腐,キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆 布 等 / 小松菜,だし昆布 等	みかん おじや 牛乳
8 29 (金)	牛乳	軟飯 そばろ煮 柔らか煮	米 / 豚ひき肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等	みかん ジャムサンド 牛乳
9 23 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,かぼちゃ,たまねぎ,人参,チン ゲンツアイ,だし昆布 等 / りんご	コッペパン 牛乳
11 25 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 ふくめ煮	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし 昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等	みかん おじや 牛乳 
12 26 (火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 柔らか煮	米 / 白身魚,はくさい,だし昆布 等 / さつまいも,人 参,だし昆布 等	梨 さつまいものおやき 牛乳
13 27 (水)	牛乳	軟飯 豆腐の旨煮 柔らか煮	米 / 焼ふ,牛肉,豆腐,はくさい,人参,たまねぎ,だし 昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等	りんご じゃがいものおやき 牛乳
16 30 (土)	牛乳	軟飯 そばろ煮 みかん 	米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,さつまいも,たまねぎ,ほう れん草,人参,だし昆布 等 / みかん	ドイツパン 牛乳
22 (金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 豆腐の旨煮	米 / 白身魚,ほうれん草,だし昆布 等 / (絹)豆腐, はくさい,チンゲンツアイ,人参,だし昆布 等	梨 かぼちゃのおやき 牛乳
28 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 焼ふ,鶏肉,大根,人参,だし昆布 等 / はくさい, 小松菜,だし昆布 等	かき ふかしいも 牛乳 
誕生会 14 (木)	牛乳	軟飯 ハンバーグ 煮浸し	米 / 牛ひき肉,豚ひき肉,じゃがいも,たまねぎ,人 参,パン粉 等 / キャベツ,ほうれん草,だし昆布 等	みかん かぼちゃ蒸しパン 牛乳



月平均栄養価

エネルギー 464kcal

たんぱく質 16.8g

脂質 11.6g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

