



きゅうしょくだより (離乳食 5~6か月)

令和元年 7月

箕面市立保育所



日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
1 29 (月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	米 / 白身魚, トマト, だし昆布, 片栗粉等 / キャベツ, 人参, たまねぎ, 出し汁, 片栗粉等	桃 
2 (火) 25 (木)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	米 / 西洋かぼちゃ, たまねぎ, 人参, だし昆布, 片栗粉等 / 茄子, 出し汁, 片栗粉等	(2日)巨峰 (25日)すいか 
3 17 (水)	つぶし粥 つぶし煮 かぼちゃの煮つぶし	米 / たまねぎ, じゃがいも, 人参, だし昆布, 片栗粉等 / 西洋かぼちゃ, 出し汁等	りんご 
4 18 (木)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 おろし煮きゅうり	米 / 凍り豆腐, 小松菜, たまねぎ, 人参, だし昆布, 片栗粉等 / きゅうり, 出し汁, 片栗粉等	巨峰 
5 (金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし きざみ煮	米 / キャベツ, たまねぎ, 人参, だし昆布, 片栗粉等 / 大根, 出し汁, 片栗粉等	りんご 
6 20 (土)	つぶし粥 つぶし煮 デラウェア	米 / たまねぎ, 人参, じゃがいも, キャベツ, だし昆布, 片栗粉等 / デラウェア	りんご果汁 
8 22 (月)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	米 / 茄子, たまねぎ, 人参, だし昆布, 片栗粉等 / ほうれん草, 出し汁, 片栗粉等	巨峰 
9 23 (火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 煮つぶし	米 / キャベツ, 人参, たまねぎ, だし昆布, 片栗粉等 / じゃがいも, 出し汁等	桃 
10 24 (水)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚, たまねぎ, だし昆布, 片栗粉等 / 茄子, たまねぎ, トマト, だし昆布, 片栗粉等	巨峰 
12 (金)	つぶし粥 豆腐の煮つぶし おろし煮きゅうり	米 / 豆腐, とうがん, 人参, だし昆布, 片栗粉等 / きゅうり, 出し汁, 片栗粉等	巨峰 
13 27 (土)	つぶし粥 クタクタ煮 桃	米 / たまねぎ, 人参, さつまいも, 切干し大根, だし昆布, 片栗粉等 / 桃	りんご果汁 
16 30 (火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / キャベツ, 人参, たまねぎ, だし昆布, 片栗粉等 / チンゲンツアイ, 出し汁, 片栗粉等	巨峰 
19 (金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	米 / 白身魚, はくさい, だし昆布, 片栗粉等 / 小松菜, 人参, はくさい, だし昆布, 片栗粉等	りんご 
31 (水)	つぶし粥 豆腐と野菜の煮つぶし おろし煮	米 / 豆腐, はくさい, たまねぎ, 人参, だし昆布, 片栗粉等 / 大根, だし昆布, 片栗粉等	すいか 
誕生会 11 (木)	つぶし粥 野菜の煮つぶし おろし煮	米 / 小松菜, 人参, キャベツ, だし昆布, 片栗粉等 / 大根, だし昆布, 片栗粉等	巨峰 

月平均栄養価 エネルギー 175kcal たんぱく質 4.6g 脂質 1.2g



○上記以外にミルクがつかます。  
○献立は諸事情により、変更することがあります。

