



令和元年 7月 きゅうしょくだより (離乳食 9~11か月)

箕面市立保育所

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
1 29 (月)	おかゆ 白身魚の煮つけ 野菜の旨煮	米 / 白身魚, トマト, だし昆布等 / キャベツ, 人参, たまねぎ, だし昆布等	桃 やわらかくずもち
2 (火) 25 (木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉, 西洋かぼちゃ, たまねぎ, 人参, だし昆布等 / 茄子, 出し汁等	(2日)巨峰 (2日)だいこんのお焼き (25日)すいか (25日)だいこんのお焼き
3 17 (水)	おかゆ 旨煮 味噌汁	米 / 鶏肉, たまねぎ, じゃがいも, 人参, だし昆布等 / 西洋かぼちゃ, だし昆布等	りんご トースト
4 18 (木)	おかゆ そぼろ煮 きざみ煮きゅうり	米 / 凍り豆腐, 鶏ひき肉, 小松菜, たまねぎ, 人参, だし昆布等 / きゅうり, 乾燥わかめ, 出し汁等	巨峰 おじゃ
5 (金)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	米 / 鶏肉, キャベツ, たまねぎ, 人参, だし昆布等 / 大根, 出し汁等	りんご 卵ぬき蒸しパン
6 20 (土)	おかゆ 旨煮 デラウェア	米 / 鶏肉, たまねぎ, 人参, じゃがいも, キャベツ, だし昆布等 / デラウェア	ドイツパン
8 22 (月)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 豚ひき肉, 茄子, たまねぎ, 人参, だし昆布等 / ほうれん草, 出し汁等	巨峰 ジャムサンド
9 23 (火)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	米 / 鶏肉, キャベツ, 人参, たまねぎ, だし昆布等 / じゃがいも, 出し汁等	桃 ふかしいも
10 24 (水)	おかゆ 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 / 茄子, たまねぎ, トマト, だし昆布等	巨峰 さつまいものおやき
12 (金)	おかゆ 豆腐の旨煮, きざみ煮 きゅうり	米 / 豆腐, 鶏肉, とうがん, 人参, だし昆布等 / きゅうり, 出し汁, 片栗粉等	巨峰 春雨スープ
13 27 (土)	おかゆ 旨煮 桃	米 / 豚肉, たまねぎ, 人参, さつまいも, 切干し大根, だし昆布等 / 桃	コッペパン
16 30 (火)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉, キャベツ, 人参, たまねぎ, だし昆布等 / チンゲンツアイ, 出し汁等	巨峰 コーンスープ
19 (金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚, はくさい, だし昆布等 / 小松菜, 人参, はくさい, だし昆布等	りんご 煮込みうどん
31 (水)	おかゆ すきやき風煮 煮浸し	米 / 牛肉, 豆腐, はくさい, たまねぎ, 人参, だし昆布等 / 大根, 出し汁等	すいか 卵ぬき蒸しパン
誕生会 11 (木)	おかゆ 野菜の旨煮 きざみ煮	米 / 鶏肉, 小松菜, 人参, キャベツ, だし昆布等 / 大根, だし昆布等	巨峰 卵ぬき蒸しパン

月平均栄養価 エネルギー 258kcal たんぱく質 8.7g 脂質 3.5g

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

