



令和元年 9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	
2 30 (月)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,小松菜,だし昆布等 / 西洋かぼちゃ,人参,たまねぎ,だし昆布等	巨峰 ジャムサンド 牛乳
3 17 (火)	牛乳	軟飯 肉じゃが風 煮浸し	米 / 鶏肉,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布等 / キャベツ等	ピオーネ ゆでじゃが 牛乳
4 18 (水)	牛乳	軟飯 豆腐の旨煮 旨煮	米 / 豆腐,鶏肉,人参,たまねぎ,だし昆布等 / 大根,だし昆布等	りんご さつまいものおやき 牛乳
5 19 (木)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 煮びたし	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布等 / ほうれん草,大根,人参等	なし そうめん汁 牛乳
6 20 (金)	牛乳	軟飯 野菜の旨煮 野菜スープ	米 / 豚肉,豆腐(絹),人参,たまねぎ,小松菜,だし昆布等 / キャベツ,だし昆布等	ピオーネ お好みおやき 牛乳
7 21 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 シャインマスカット	米 / たまねぎ,ほうれん草,人参,凍り豆腐,さつまいも等 / シャインマスカット	食パン 牛乳
9 (月)	牛乳	軟飯 トマト煮 煮浸し	米 / 鶏肉,じゃがいも,たまねぎ,人参,トマトピューレ等 / 小松菜等	ピオーネ おじゃ 牛乳
10 24 (火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布等 / チンゲンツアイ,キャベツ等	巨峰 ふかしいも 牛乳
11 25 (水)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,大根,だし昆布等 / 大根,人参,きゅうり等	なし だいこんのお焼き 牛乳
13 27 (金)	牛乳	軟飯 炒め煮 レタスのスープ	米 / 豚ひき肉,凍り豆腐,茄子,人参,たまねぎ,だし昆布等 / レタス,焼ふ,だし昆布等	りんご スープ煮 牛乳
14 28 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 シャインマスカット	米 / 焼ふ,豚肉,豆腐(絹),たまねぎ,人参,ほうれん草,だし昆布等 / シャインマスカット	トースト 牛乳
26 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 きざみ煮きゅうり	米 / 鶏肉,茄子,人参,たまねぎ,だし昆布等 / きゅうり,片栗粉等	ピオーネ トースト 牛乳
誕生会 12 (木)	牛乳	軟飯 野菜の旨煮 粉ふきいも	米 / 豚ヒレ肉,豆腐(絹),キャベツ,人参,たまねぎ,だし昆布等 / じゃがいも	ピオーネ 卵ぬき蒸しパン 牛乳



月平均栄養価 エネルギー 438kcal たんぱく質 16.7g 脂質 10.8g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

3つのアクション



「朝食宣言！」～毎日食べます「朝ごはん」～  
 「食は健康！」～野菜たっぷり「バランスごはん」～  
 「お米習慣！」～旬と味わう「お米のごはん」～

「朝ごはん」は 今日のカになります。

