



令和2年 1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	
4 18 (土)	牛乳	軟飯 野菜の旨煮 みかん	米 / 鶏肉, 凍り豆腐, たまねぎ, じゃがいも, 人参, チンゲンツアイ, だし昆布等 / みかん	コッペパン 牛乳
6 20 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉, 豆腐, じゃがいも, たまねぎ, 人参, だし 昆布等 / はくさい, だし昆布等	りんご じゃがいもおやき 牛乳
7 21 (火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	米 / 白身魚, 大根, だし昆布等 / 大根, 人参, 小 松菜, だし昆布, 味噌等	(7日)みかん (7日)七草粥, 牛乳 (21日)みかん (21日)おじや, 牛乳
8 22 (水)	牛乳	軟飯 味噌煮 きざみ煮きゅうり	米 / 大根, 人参, はくさい, 豚肉, (絹)豆腐, だし昆 布, 味噌等 / きゅうり, だし昆布等	りんご 煮込みうどん 牛乳
10 24 (金)	牛乳	鮭ごはん 豆腐の旨煮 野菜の味噌汁	米, 塩ざけ / 豆腐, 鶏肉, 人参, たまねぎ, だし昆 布等 / さつまいも, たまねぎ, だし昆布, 味噌等	りんご トースト 牛乳
11 25 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 みかん	米 / 豚肉, 凍り豆腐, たまねぎ, 人参, さつまいも, 切干し大根, だし昆布等 / みかん	ドイツパン 牛乳
14 (火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉, 凍り豆腐, じゃがいも, かぶ, たまねぎ, 人参, だし昆布等 / チンゲンツアイ, だし昆布 等	みかん じゃがいものおやき 牛乳
15 29 (水)	牛乳	軟飯 ぶりの照り焼き 野菜の旨煮	米 / ブリ等 / かぶ, はくさい, たまねぎ, だし昆 布等	みかん トースト 牛乳
16 30 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / たまねぎ, 人参, 切干し大根, 牛肉, 凍り豆 腐等 / ほうれん草, だし昆布等	みかん トースト 牛乳
17 31 (金)	牛乳	軟飯 高野豆腐の旨煮 煮浸し	米 / 凍り豆腐, じゃがいも, 大根, 人参, だし昆布 等 / キャベツ, だし昆布等	(17日)いちご, 牛乳 (17日)やわらかすいとん汁 (31日)いちご, 牛乳 (31日)ふかしもち
23 (木)	牛乳	のりごはん 白身魚の煮付け 煮浸し	米, 焼きのり / 白身魚, 小松菜, だし昆布等 / はくさい, だし昆布等	みかん おじや 牛乳
27 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 豚肉, 凍り豆腐, 焼ふ, 大根, 人参, だし昆布 等 / はくさい, ほうれん草, だし昆布等	みかん ジャムサンド 牛乳
28 (火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉, 凍り豆腐, じゃがいも, かぶ, たまねぎ, 人参, だし昆布等 / チンゲンツアイ, だし昆布 等	りんご じゃがいものおやき 牛乳
誕生会 9 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉, 凍り豆腐, たまねぎ, 人参, キャベツ, だし昆布, 片栗粉等 / 小松菜, だし昆布等	いちご 卵ぬき蒸しパン 牛乳



月平均栄養価 エネルギー 456kcal たんぱく質 16.8g 脂質 11.5g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

