



令和2年2月

きゅうしょくだより (離乳食 12~18か月頃)

箕面市立保育所

日付	10時	昼		3時	
		献立名	主な食品		
1 15 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 はっさく	米 / 牛肉, 凍り豆腐, 人参, たまねぎ, じゃがいも, だし昆布等 / はっさく	トースト 牛乳	
3 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	米 / 鶏肉, 豆腐, 大根, 人参, はくさい, だし昆布等 / ほうれん草, だし昆布等	りんご 卵めき蒸しパン 牛乳	
4 18 (火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	米 / 白身魚, はくさい, だし昆布等 / たまねぎ, 人参, だし昆布, 味噌等	みかん おやき 牛乳	
5 19 (水)	牛乳	軟飯 スープ煮 柔か煮	もち米, 米 / 豚肉, 凍り豆腐, たまねぎ, 人参, キャベツ, だし昆布等 / 大根, だし昆布等	いちご 煮込みうどん 牛乳	
7 21 (金)	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 / はくさい, 人参, 大根, だし昆布等	ネーブルオレンジ だいこんのお焼き 牛乳	
8 22 (土)	牛乳	軟飯 野菜の旨煮 いちご	米 / 鶏肉, 凍り豆腐, たまねぎ, 人参, じゃがいも, チンゲンツアイ, だし昆布等 / 苺	コッパン 牛乳	
10 (月) 25 (火)	牛乳	軟飯 ブリと大根の煮物 野菜の味噌汁	米 / ブリ, 大根, 人参, 煮昆布, だし昆布等 / ほうれん草, たまねぎ, だし昆布, 味噌等	いちご ジャムサンド 牛乳	
12 26 (水)	牛乳	軟飯 高野豆腐の旨煮 柔か煮	米 / 凍り豆腐, たまねぎ, 人参, 小松菜, だし昆布等 / キャベツ, だし昆布等	ぼんかん おじや 牛乳	
13 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し みかん	米 / 鶏肉, 豆腐, 大根, 人参, はくさい, だし昆布等 / きゅうり, だし昆布等 / みかん	ドイツパン 牛乳	
14 28 (金)	牛乳	軟飯 豆腐のそぼろ煮 柔か煮	米 / (絹)豆腐, 人参, 豚ひき肉, たまねぎ, 味噌, だし昆布, 片栗粉等 / キャベツ, だし昆布等	りんご コッパン 牛乳	
17 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 ひじきの柔か煮	米 / 鶏ひき肉, 豆腐, じゃがいも, たまねぎ, 人参, だし昆布等 / ひじき, 人参, 大根, だし昆布等	いよかん ふかしいも 牛乳	
20 (木)	牛乳	軟飯 豆腐の旨煮 野菜の旨煮	米 / 豆腐, だし昆布等 / じゃがいも, たまねぎ, 人参, だし昆布等	いよかん じゃがいものおやき 牛乳	
27 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉, 豆腐, 大根, 人参, はくさい, だし昆布等 / きゅうり, だし昆布等	みかん ドイツパン 牛乳	
29 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 みかん	米 / 豚肉, 凍り豆腐, たまねぎ, 人参, はくさい, 小松菜, だし昆布等 / みかん	トースト 牛乳	
誕生会 6 (木)	牛乳	軟飯 ハンバーグ 味噌汁	米 / 牛ひき肉, 豆腐, たまねぎ, 人参, じゃがいも等 / さつまいも, キャベツ, 小松菜, だし昆布, 味噌等	いよかん にんじん蒸しパン 牛乳	

月平均栄養価 エネルギー 446kcal たんぱく質 17.0g 脂質 11.4g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

