



令和2年2月 きゅうしょくだより (離乳食 7~8か月頃)

箕面市立保育所

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
1 15 (土)	おかゆ 旨煮 はっさく	米 / 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
3 (月)	おかゆ 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
4 18 (火)	おかゆ 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
5 19 (水)	おかゆ スープ煮 柔か煮	米 / 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
7 21 (金)	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 / はくさい,人参,大根,だし昆布等	ネーブルオレンジ だいごんのお焼き
8 22 (土)	おかゆ 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	コッペパン
10 (月) 25 (火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,大根,だし昆布等 / ほうれん草,人参,たまねぎ,だし昆布等	いちご ジャムサンド
12 26 (水)	おかゆ 高野豆腐のつぶし煮 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
13 (木)	おかゆ 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
14 28 (金)	おかゆ 豆腐の旨煮 柔か煮	米 / (絹)豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布,味噌,片栗粉等 / キャベツ,だし昆布等	りんご コッペパン
17 (月)	おかゆ 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
20 (木)	おかゆ 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
27 (木)	おかゆ 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
29 (土)	おかゆ 野菜の旨煮 みかん	米 / 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
誕生会 6 (木)	おかゆ 豆腐の煮つぶし 煮浸し	米 / 豆腐,人参,たまねぎ,じゃがいも,だし昆布,しょうゆ,三温糖 / さつまいも,だし昆布,しょうゆ,三温糖	いよかん にんじん蒸しパン 



月平均栄養価 エネルギー 243kcal たんぱく質 8.7g 脂質 3.3g

○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。