

令和2年 3月 きゅうしょくだより (離乳食 5~6か月頃)

箕面市立保育所

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
2 16 (月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,大根,だし昆布 / 大根,人参,ほうれん草, だし昆布,片栗粉	清見オレンジ
3 (火)	つぶし粥 豆腐の煮つぶし クタクタ煮	米 / (絹)豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 / キャ ベツ,だし昆布,片栗粉	いよかん
4 18 (水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 豆腐,人参,焼ふ,大根,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 / はくさい,だし昆布,片栗粉	はっさく
6 (金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 白身魚,キャベツ,人参,だし昆布,片栗粉 / ほうれ ん草,じゃがいも,だし昆布,片栗粉	りんご
7 21 (土)	つぶし粥 野菜のつぶし煮 清見オレンジ	米 / 凍り豆腐,小松菜,人参,大根,だし昆布,片栗粉 / 清見オレンジ	りんご果汁
9 23 (月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 / キャベツ,小松菜,た まねぎ,だし昆布,片栗粉	りんご
11 25 (水)	つぶし粥 豆腐の煮つぶし クタクタ煮	米 / 豆腐,人参,キャベツ,だし昆布,片栗粉 / ほうれん 草,だし昆布,片栗粉	(11日)いちご (25日)甘夏みかん
12 (木)	つぶし粥 クタクタ煮 つぶし煮 デコボン	米 / 凍り豆腐,人参,ほうれん草,切干し大根,だし昆布, 片栗粉 / はくさい,だし昆布,片栗粉 / デコボン	りんご果汁
13 27 (金)	つぶし粥 豆腐の旨煮 クタクタ煮	米 / 豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,ひじき,だし昆布, 片栗粉 / 小松菜,だし昆布,片栗粉	りんご
14 28 (土)	つぶし粥 クタクタ煮 はっさく	米 / (絹)豆腐,たまねぎ,人参,ほうれん草,だし昆布,片 栗粉 / はっさく	りんご果汁
17 31 (火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布,片 栗粉 / はくさい,だし昆布,片栗粉	いよかん
19 (木)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜のクタクタ煮	米 / 白身魚,大根,だし昆布 / はくさい,人参,大根,だし 昆布,片栗粉	いちご
24 (火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布,片 栗粉 / きゅうり,だし昆布,片栗粉	いちご
26 (木)	つぶし粥 クタクタ煮 つぶし煮	米 / 凍り豆腐,人参,ほうれん草,切干し大根,だし昆布, 片栗粉 / はくさい,だし昆布,片栗粉	デコボン
30 (月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / (絹)豆腐,キャベツ,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗 粉 / チンゲンツアイ,だし昆布,片栗粉	いちご
お別れ会 10 (火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布,片 栗粉 / はくさい,ほうれん草,だし昆布,片栗粉	みかん
誕生会 5 (木)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,はくさい,人参,だし昆布,片栗粉 / キャベ ツ,だし昆布,片栗粉	みかん

月平均栄養価 エネルギー 188kcal たんぱく質 6.8g 脂質 2.5g

○上記以外にミルクがつかます。

○献立は諸事情により、変更することがあります。

