



令和2年 4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	
1 (水)	弁当日		りんご果汁
2 21 (木)	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,片栗粉等 / はくさい,だし昆布,片栗粉等	りんご
3 17 (金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 新じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等 / ほうれん草,豆腐,出し汁,片栗粉等	いよかん
4 18 (土)	つぶし粥 旨煮 りんご	米 / 凍り豆腐,小松菜,切干し大根,人参,さつまいも,だし昆布,片栗粉等 / りんご	りんご果汁
6 (月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,だし昆布,はくさい等 / じゃがいも,人参,ほうれん草,だし昆布,片栗粉等	いちご
7 (火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等 / 大根,だし昆布,片栗粉等	りんご
8 22 (水)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	米 / 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,片栗粉等	サウスオレンジ
9 23 (木)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	米 / 豆腐,たまねぎ,人参,大根,だし昆布等 / はくさい,だし昆布,片栗粉等	甘夏みかん
10 24 (金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜のクタクタ煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布等 / キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等	清見オレンジ
11 25 (土)	つぶし粥 クタクタ煮 いよかん	米 / (絹)豆腐,たまねぎ,人参,ほうれん草,だし昆布,片栗粉等 / 伊予かん	りんご果汁
13 27 (月)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,切干し大根,だし昆布,片栗粉等 / さつまいも,だし昆布,片栗粉等	サウスオレンジ
14 28 (火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 豆腐,じゃがいも,大根,人参,だし昆布,片栗粉等 / キャベツ,だし昆布,片栗粉等	いよかん
15 (水) 30 (木)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜のクタクタ煮	米 / 白身魚,だし昆布,たまねぎ等 / ほうれん草,人参,だし昆布,片栗粉等	りんご
20 (月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,だし昆布,はくさい等 / じゃがいも,人参,ほうれん草,だし昆布,片栗粉等	いちご
誕生会 16 (木)	つぶし粥 ふと野菜の煮物 クタクタ煮	米 / 焼ふ,豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布,しょうゆ,片栗粉等 / キャベツ,だし昆布,片栗粉等	清見オレンジ

月平均栄養価 エネルギー 176kcal たんぱく質 5.9g 脂質 2.0g

- 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。

