



きゅうしょくだより（離乳食 5～6か月）



令和3年 5月

箕面市立保育所

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
1 22 (土)	つぶし粥 つぶし煮 甘夏みかん	米 / 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,片栗粉等 / 甘夏みかん	りんご果汁
6 20 (木)	つぶし粥 つぶし煮 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,片栗粉等 / 小松菜,だし昆布,片栗粉等	サウスオレンジ
7 21 (金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜のクタクタ煮	米 / 白身魚,ほうれん草,だし昆布,片栗粉等 / 大根,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等	りんご
8 29 (土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 サウスオレンジ	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,はくさい,さつまいも,だし昆布,片栗粉等 / サウスオレンジ	りんご果汁 
10 24 (月)	つぶし粥 野菜のつぶし煮 クタクタ煮 	米 / (絹)豆腐,キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等 / たまねぎ,じゃがいも,だし昆布,片栗粉等	サウスオレンジ
11 25 (火)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 煮浸し	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,だし昆布,片栗粉等 / きゅうり,だし昆布,片栗粉等	清見オレンジ
12 26 (水)	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
14 28 (金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の旨煮	米 / 白身魚,大根,だし昆布,片栗粉等 / ほうれん草,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等	りんご 
15 (土)	つぶし粥 つぶし煮 セミノールオレンジ	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,はくさい,大根,だし昆布,片栗粉等 / セミノールオレンジ	りんご果汁
17 31 (月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 麴の煮物 	米 / 凍り豆腐,大根,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等 / 焼ふ,ほうれん草,だし昆布,片栗粉等	清見オレンジ
18 (火)	つぶし粥 白身魚の煮付け 野菜のクタクタ煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等 / 小松菜,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等	サウスオレンジ 
19 (水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 野菜のクタクタ煮	米 / 豆腐,たまねぎ,人参,チンゲンツアイ,だし昆布,片栗粉等 / キャベツ,だし昆布,片栗粉等	りんご
27 (木)	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,ほうれん草,だし昆布,片栗粉等 / キャベツ,だし昆布,片栗粉等	りんご 
誕生会 13 (木)	つぶし粥 クタクタ煮 つぶし煮	米 / はるさめ,凍り豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等 / じゃがいも,だし昆布等	サウスオレンジ 



月平均栄養価

エネルギー 187kcal

たんぱく質 6.1g

脂質 2.1g



○上記以外にミルクがつきます。

○献立は諸事情により、変更することがあります。

