

令和3年 12月

きゅうしょくだより (離乳食 12~18か月)

箕面市立保育所

日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
1 15 (水)	牛乳	軟飯 白菜のスープ煮 煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,はくさい,人参,ほうれん草,たまねぎ,だし昆布 等 / 大根,きゅうり,だし昆布 等	みかん だいこんのお焼き 牛乳
3 (金) 14 (火)	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 / 大根,人参,ほうれん草,だし昆布 等	(3日)りんご,牛乳 (3日)おじや (14日)りんご,牛乳 (14日)やわらかくずもち
4 18 (土)	牛乳	軟飯 そばろ煮 みかん	米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,たまねぎ,ほうれん草,人参,さつまいも,だし昆布 等 / みかん	食パン 牛乳 
6 20 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し 	米 / 鶏肉,凍り豆腐,焼ふ,大根,人参,だし昆布 等 / はくさい,小松菜,だし昆布 等	みかん れんこんお焼き 牛乳
7 21 (火)	牛乳	軟飯 じゃがいものそばろ煮 煮浸し	米 / 牛ひき肉,凍り豆腐,じゃがいも,大根,人参,だし昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	りんご コッペパン 牛乳
8 (水)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 柔か煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / じゃがいも,大根,人参,だし昆布 等	りんご さつまいものおやき 牛乳
9 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し 	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / 小松菜,かぶ,だし昆布 等	りんご ドイツパン 牛乳 
10 24 (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 / じゃがいも,はくさい,人参,だし昆布 等	(10日)りんご,牛乳 (10日)煮込みうどん (24日)りんご,牛乳 (24日)おじや
11 25 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 みかん 	米 / 鶏肉,凍り豆腐,さつまいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / みかん	コッペパン 牛乳
13 27 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,だし昆布 等 / かぶ,人参,だし昆布 等	りんご おじや 牛乳
16 (木) 28 (火)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / 切干し大根,人参,だし昆布 等	(16日)みかん,牛乳 (16日)お好みおやき (28日)みかん,牛乳 (28日)じゃがいもおやき
17 (金)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮 	米 / 鶏肉,凍り豆腐,人参,大根,だし昆布 等 / はくさい,ほうれん草,だし昆布 等	りんご おじや 牛乳
22 (水)	牛乳	軟飯 かぼちゃの含め煮 煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,かぼちゃ,人参,大根,たまねぎ,だし昆布 等 / はくさい,きゅうり,だし昆布 等	りんご さつまいものおやき 牛乳
お楽しみ会 23 (木)	牛乳	ケチャップライス ささみの天ぷら 野菜スープ	米,ブイヨン,たまねぎ,人参,トマトケチャップ 等 / ささ身,片栗粉 等 / キャベツ,人参,チンゲンツアイ,たまねぎ,だし昆布 等	みかん スイートポテト風 牛乳 
誕生会 2 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / (絹)豆腐,じゃがいも,ほうれん草,だし昆布 等 / キャベツ,小松菜,だし昆布 等	りんご 蒸しパン 牛乳



月平均栄養価

エネルギー 456kcal たんぱく質 16.3g 脂質 11.3g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

