

令和4年 10月

きゅうしょくだより (離乳食 9~11か月)

箕面市立保育所

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
10月1日(土)	おかゆ 旨煮 りんご	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ りんご	ドイツパン
10月3日(月) 10月24日(月)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	米 / 豚肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / じゃがいも,だし昆布 等	りんご ジャムサンド
10月4日(火) 10月18日(火)	おかゆ そばろ煮 柔か煮	米 / 豚ひき肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等	みかん おじや 
10月5日(水) 10月19日(水)	おかゆ 炒め煮 柔か煮 	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,サラダ油,だし昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	りんご ゆでじゃが
10月6日(木) 10月20日(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し 	米 / 牛肉,(絹)豆腐,大根,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	みかん おじや
10月7日(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,キャベツ,だし昆布 等 / じゃがいも,人参,ほうれん草,だし昆布 等	みかん お好みおやき
10月8日(土) 10月22日(土)	おかゆ 旨煮 りんご	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ りんご	コッペパン
10月11日(火) 10月25日(火)	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 / じゃがいも,人参,だし昆布 等	りんご じゃがいものおやき
10月12日(水) 10月26日(水)	おかゆ 豆腐の旨煮 柔か煮	米 / 牛肉,豆腐,はくさい,人参,たまねぎ,だし昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等	りんご おじや 
10月14日(金) 10月28日(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 柔か煮	米 / 白身魚,はくさい,だし昆布 等 / じゃがいも,人参,だし昆布 等	ピオーネ 食パン 
10月15日(土) 10月29日(土)	おかゆ そばろ煮 みかん	米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,ほうれん草,人参,だし昆布 等 / みかん	ドイツパン
10月17日(月) 10月31日(月)	おかゆ 牛肉の旨煮 ふくめ煮 	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等	みかん じゃがいものおやき
10月21日(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 豆腐の旨煮	米 / 白身魚,ほうれん草,だし昆布 等 / (絹)豆腐,はくさい,人参,たまねぎ,だし昆布 等	りんご おじや
10月27日(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,大根,人参,だし昆布 等 / はくさい,だし昆布 等	りんご おじや
誕生会 10月13日(木)	おかゆ 野菜の旨煮 煮浸し	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / キャベツ,ほうれん草,だし昆布 等	みかん 蒸しパン

月平均栄養価 エネルギー 261kcal たんぱく質 9.3g 脂質 3.9g

○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。

