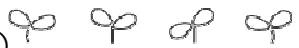




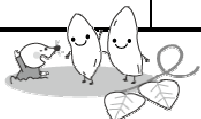
令和4年11月

きゅうしょくだより (離乳食 5~6か月)



箕面市立保育所

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
11月1日(火) 11月22日(火)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 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 / はくさい,大根,だし昆布,片栗粉 等	りんご
11月2日(水) 11月16日(水)	つぶし粥 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 / 切干し大根,だし昆布,片栗粉 等	みかん
11月4日(金) 11月18日(金)	つぶし粥 豆腐と野菜の煮つぶし 野菜のクタクタ煮	米 / (絹)豆腐,はくさい,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等 / 人参,ほうれん草,だし昆布,片栗粉 等	りんご 
11月5日(土) 11月19日(土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 みかん	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 等 / みかん	りんご果汁
11月7日(月) 11月21日(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚  野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,はくさい,だし昆布 等 / じゃがいも,人参,たまねぎ,切干し大根,だし昆布,片栗粉 等	みかん
11月8日(火)	つぶし粥 旨煮 クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,はくさい,だし昆布,片栗粉 等 / キャベツ,きゅうり,だし昆布,片栗粉 等	りんご
11月9日(水) 11月30日(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 柔らか煮	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,大根,だし昆布,片栗粉 等 / じゃがいも,だし昆布 等	りんご
11月11日(金) 11月25日(金)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,はくさい,きゅうり,だし昆布,片栗粉 等 / 大根,人参,だし昆布,片栗粉 等	りんご 
11月12日(土) 11月26日(土)	つぶし粥 つぶし煮 りんご	米 / (絹)豆腐,切干し大根,たまねぎ,人参,はくさい,ほうれん草,だし昆布,片栗粉 等 / りんご	りんご果汁
11月14日(月) 11月28日(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,キャベツ,だし昆布,片栗粉 等 / じゃがいも,たまねぎ,人参,ほうれん草,だし昆布,片栗粉 等	りんご
11月15日(火) 11月29日(火)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮  煮つぶし	米 / (絹)豆腐,キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 等 / じゃがいも,だし昆布,片栗粉 等	りんご
11月17日(木)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 つぶし煮	米 / 凍り豆腐,人参,だし昆布,片栗粉 等 / 大根,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等	みかん
11月24日(木)	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 等 / じゃがいも,はくさい,人参,だし昆布,片栗粉 等	みかん 
誕生会 11月10日(木)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等 / キャベツ,だし昆布,片栗粉 等	りんご



月平均栄養価

エネルギー 170kcal たんぱく質 5.3g 脂質 1.8g

○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。

