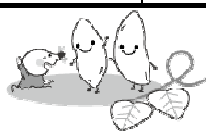


令和4年11月

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	
11月1日(火) 11月22日(火)	おかゆ 旨煮 味噌汁	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ はくさい,大根,だし昆布,味噌 等	りんご おじや
11月2日(水) 11月16日(水)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布 等/ 切干し大根,だし昆布 等	みかん お好みおやき
11月4日(金) 11月18日(金)	おかゆ 旨煮 野菜の煮浸し 	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,はくさい,たまねぎ,だし昆布 等 / 人参, ほうれん草,だし昆布 等	りんご おじや
11月5日(土) 11月19日(土)	おかゆ 旨煮 みかん	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ みかん	食パン
11月7日(月) 11月21日(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	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 等	みかん ゆでじゃが 
11月8日(火)	おかゆ 柔らか煮 煮浸し	米 / 豚肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,はくさい,だし昆布 等/ キャベツ,きゅうり,だし昆布 等	りんご コッペパン
11月9日(水) 11月30日(水)	おかゆ 旨煮 柔らか煮 	米 / 牛肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,大根,だし昆布 等 / じゃ がいも,だし昆布 等	りんご じゃがいものおやき
11月11日(金) 11月25日(金)	おかゆ 旨煮 スープ煮	米 / 凍り豆腐,はくさい,きゅうり,だし昆布 等 / 鶏ひき肉,大 根,人参,だし昆布 等	りんご 食パン
11月12日(土) 11月26日(土)	おかゆ 旨煮 りんご	米 / 牛肉,(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 等 / りんご	ドイツパン
11月14日(月) 11月28日(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 旨煮	米 / 白身魚,キャベツ,だし昆布 等 / じゃがいも,たまねぎ,人 参,ほうれん草,だし昆布 等	りんご おじや 
11月15日(火) 11月29日(火)	おかゆ 旨煮 柔らか煮	米 / 豚肉,(絹)豆腐,キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布 等/ じゃがいも,だし昆布 等	りんご じゃがいものおやき
11月17日(木)	おかゆ 旨煮 味噌汁 	米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,人参,だし昆布 等 / 大根,たまねぎ, だし昆布,味噌 等	みかん おじや
11月24日(木)	おかゆ 白身魚の煮付け 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	みかん 蒸しパン
誕生会 11月10日(木)	おかゆ 旨煮 野菜の煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布 等 / キャベツ, だし昆布 等	りんご にんじん蒸しパン



月平均栄養価

エネルギー 257kcal たんぱく質 8.8g 脂質 3.6g

○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。

