

令和4年 12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	
12月2日(金) 12月16日(金)	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,大根,人参,だし昆布,片栗粉 等/ キャベツ,だし昆布,片栗粉 等	りんご
12月3日(土) 12月17日(土)	つぶし粥 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 
12月5日(月) 12月19日(月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等/ じゃがいも,だし昆布,片栗粉 等	みかん
12月6日(火) 12月20日(火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 野菜のクタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等/ キャベツ,だし昆布,片栗粉 等	みかん
12月7日(水) 12月21日(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮 	米 / 凍り豆腐,大根,人参,だし昆布,片栗粉 等/ はくさい,だし昆布,片栗粉 等	みかん
12月8日(木)	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,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
12月9日(金) 12月23日(金)	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,片栗粉 等/ じゃがいも,はくさい,人参,だし昆布,片栗粉 等	りんご 
12月10日(土) 12月24日(土)	つぶし粥 クタクタ煮 みかん	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,ほうれん草,人参,だし昆布,片栗粉 等/ みかん	りんご果汁
12月12日(月) 12月26日(月)	つぶし粥 スープ煮 つぶし煮	米 / 凍り豆腐,はくさい,人参,ほうれん草,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等/ 大根,きゅうり,だし昆布,片栗粉 等	りんご
12月13日(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	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
12月14日(水)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮 	米 / 凍り豆腐,人参,大根,だし昆布,片栗粉 等/ じゃがいも,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等	みかん
12月15日(木) 12月27日(火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,人参,大根,だし昆布,片栗粉 等/ はくさい,ほうれん草,だし昆布,片栗粉 等	みかん
12月28日(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 柔か煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 等/ 切干し大根,人参,だし昆布,片栗粉 等	りんご 
お楽しみ会 12月22日(木)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,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 12月1日(木)	つぶし粥 煮つぶし つぶし煮	米 / (絹)豆腐,じゃがいも,ほうれん草,だし昆布,片栗粉 等/ はくさい,きゅうり,だし昆布,片栗粉 等	りんご



月平均栄養価 エネルギー 168kcal たんぱく質 4.9g 脂質 1.7g

○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。

