



令和5年11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	
11月1日(水) 11月15日(水)	牛乳	軟飯 旨煮 野菜の煮浸し	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし 昆布 等/ キャベツ,小松菜,だし昆布 等	りんご やわらかにんじんずもち 牛乳
11月2日(木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,キャベツ,たまねぎ, だし昆布 等/ 切干し大根,人参,だし昆布 等	みかん お好みおやき 牛乳
11月4日(土) 11月18日(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	食パン 牛乳
11月6日(月) 11月20日(月)	牛乳	軟飯 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 じゃがいものおやき 牛乳
11月7日(火) 11月21日(火)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	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 コッペパン 牛乳
11月8日(水) 11月29日(水)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	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 だいこんのお焼き 牛乳
11月10日(金) 11月24日(金)	牛乳	軟飯 旨煮 野菜の煮浸し	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,人参,ほうれん草,だし昆布 等/ はくさい,チンゲンツアイ,だし昆布 等	りんご おじゃ 牛乳
11月11日(土) 11月25日(土)	牛乳	軟飯 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 牛乳
11月13日(月) 11月27日(月)	牛乳	軟飯 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,小松菜,だし昆布 等	りんご ふかしいも 牛乳
11月14日(火) 11月28日(火)	牛乳	軟飯 柔か煮 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	みかん おじゃ 牛乳
11月16日(木) 11月30日(木)	牛乳	軟飯 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 おじゃ 牛乳
11月17日(金)	牛乳	軟飯 旨煮 味噌汁	米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,じゃがいも,人参,だし昆布 等/ 大根,たまねぎ,小松菜,だし昆布,味噌 等	みかん だいこんのお焼き 牛乳
11月22日(水)	牛乳	のりごはん 白身魚の煮付け 旨煮	米,きざみのり / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等/ じゃがいも,はくさい,人参,小松菜,だし昆布 等	みかん ゆでじゃが 牛乳
誕生会 11月9日(木)	牛乳	軟飯 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/ 小松菜,キャベツ,だし昆布 等	りんご にんじん蒸しパン 牛乳

月平均栄養価 エネルギー 427kcal たんぱく質 16.5g 脂質 11.1g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

