



きゅうしょくだより（離乳食 7～8か月）



令和3年11月

箕面市立保育所

| 日付 | 昼 | | 3時 |
|------------------------|---|--|---|
| | 献立名 | 主な食品 | |
| 1 15 (月) | おかゆ 柔らか煮 煮浸し | 米 / 凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布 等/ キャベツ,きゅうり,だし昆布 等 | りんご おじや |
| 2 16 (火) | おかゆ 旨煮 柔らか煮 | 米 / 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 | みかん だいごんのお焼き |
| 5 19 (金) | おかゆ 旨煮 野菜の煮浸し  | 米 / 鶏肉,(絹)豆腐,はくさい,人参,チンゲンツアイ,だし 昆布 等/ 人参,ほうれん草,だし昆布 等 | りんご 芋粥 |
| 6 20 (土) | おかゆ 柔らか煮 みかん | 米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,さつまいも,だし昆布 等/ みかん | コッペパン |
| 8 22 (月) | 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,小松菜,はるさめ,だし昆布 等 | 梨 おじや |
| 9 (火) | 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 | りんご 食パン  |
| 10 24 (水) | おかゆ 旨煮 柔らか煮 | 米 / (絹)豆腐,キャベツ,人参,たまねぎ,だし昆布 等/ さつまいも,だし昆布 等 | りんご れんこんお焼き |
| 11 25 (木) | おかゆ 白身魚の煮付け 旨煮 | 米 / 白身魚,小松菜,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 |
| 12 26 (金) | おかゆ 旨煮 味噌汁  | 米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,小松菜,人参,だし昆布 等/ 大根,人参,たまねぎ,だし昆布,味噌 等 | 梨 ふかしいも |
| 13 27 (土) | おかゆ 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 等/ りんご | ドイツパン |
| 17 (水) 29 (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 | みかん じゃがいものおやき |
| 18 (木) | おかゆ 柔らか煮 煮浸し | 米 / 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 蒸しパン  |
| 30 (火) | 芋粥 白身魚の煮付け 野菜の旨煮 | 米,さつまいも / 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 | りんご 食パン |
| 誕生会 4 (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/ 小松菜,キャベツ,だし昆布 等 | みかん にんじん蒸しパン |

月平均栄養価

エネルギー 263kcal たんぱく質 8.0g 脂質 2.9g

○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。

