



令和2年 5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	
1 (金) 18 (月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 麩の煮物	米 / 凍り豆腐,大根,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等 / 焼ふ,ほうれん草,だし昆布,片栗粉等	清見オレンジ
2 23 (土)	つぶし粥 つぶし煮 ソースオレンジ	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,チンゲンツアイ,だし昆布,片栗粉等 / サウスオレンジ	りんご果汁
7 21 (木)	つぶし粥 つぶし煮 きゃべつのクタクタ煮	米 / (絹)豆腐,じゃがいも,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	ソースオレンジ
8 22 (金)	つぶし粥 豆腐の煮つぶし 野菜のクタクタ煮	米 / 豆腐,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
9 30 (土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 甘夏みかん	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,はくさい,さつまいも,だし昆布,片栗粉等 / 甘夏みかん	りんご果汁
11 25 (月)	つぶし粥 野菜のつぶし煮 クタクタ煮	米 / (絹)豆腐,キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等 / たまねぎ,じゃがいも,出し汁,片栗粉等	ソースオレンジ
12 26 (火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の旨煮	米 / 白身魚,大根,だし昆布,片栗粉等 / ほうれん草,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等	りんご
13 27 (水)	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,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等 / はくさい,だし昆布,片栗粉等	りんご
15 29 (金)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 煮浸し	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,だし昆布,片栗粉等 / きゅうり,だし昆布,片栗粉等	清見オレンジ
16 (土)	つぶし粥 つぶし煮 甘夏みかん	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,はくさい,大根,だし昆布,片栗粉等 / 甘夏みかん	りんご果汁
19 (火)	つぶし粥 白身魚の煮付け 野菜のクタクタ煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布等 / 小松菜,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等	ソースオレンジ
20 (水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 野菜のクタクタ煮	米 / 豆腐,たまねぎ,人参,チンゲンツアイ,だし昆布,片栗粉等 / キャベツ,だし昆布,片栗粉等	りんご
28 (木)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,ほうれん草,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 14 (木)	つぶし粥 クタクタ煮 つぶし煮	米 / はるさめ,豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等 / じゃがいも,だし昆布等	ソースオレンジ

月平均栄養価 エネルギー 188kcal たんぱく質 5.9g 脂質 2.2g

○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。

