



令和2年 8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 22 (土)	つぶし粥 クタクタ煮 ピオーネ	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,さつまいも,人参,だし昆布,片栗粉 / ピオーネ	りんご果汁
3 24 (月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,チンゲンツアイ,だし昆布 / 茄子,人参,チンゲンツアイ,だし昆布,片栗粉	トマト 
4 18 (火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし つぶし煮	米 / (絹)豆腐,たまねぎ,人参,とうがん,だし昆布,片栗粉 / キャベツ,だし昆布,片栗粉	巨峰 
5 19 (水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 野菜のクタクタ煮	米 / 凍り豆腐,人参,たまねぎ,キャベツ,だし昆布,片栗粉 / レタス,だし昆布,片栗粉	桃
7 21 (金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 / 小松菜,だし昆布,片栗粉	巨峰
8 29 (土)	つぶし粥 クタクタ煮 ピオーネ 	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,ほうれん草,人参,茄子,だし昆布,片栗粉 / ピオーネ	りんご果汁
11 25 (火)	つぶし粥 煮つぶし 野菜のクタクタ煮	米 / かぼちゃ,たまねぎ,だし昆布 / (絹)豆腐,大根,人参,だし昆布,片栗粉	桃 
12 26 (水)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,はくさい,だし昆布 / キャベツ,ほうれん草,人参,だし昆布,片栗粉	梨
13 27 (木)	つぶし粥 煮つぶし おろし煮きゅうり	米 / 豆腐,大根,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 / きゅうり,だし昆布,片栗粉	ピオーネ
14 28 (金)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 野菜のつぶし煮	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,だし昆布,片栗粉 / キャベツ,だし昆布,片栗粉	りんご
15 (土)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 巨峰 	米 / 凍り豆腐,かぼちゃ,たまねぎ,人参,小松菜,だし昆布,片栗粉 / 巨峰	りんご果汁 
17 31 (月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	米 / 白身魚,たまねぎ,人参,だし昆布 / 焼ふ,小松菜,だし昆布,片栗粉	ピオーネ
20 (木)	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 / じゃがいも,たまねぎ,トマト,ほうれん草,だし昆布	りんご
誕生会 6 (木)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,キャベツ,だし昆布 / 小松菜,人参,さつまいも,だし昆布,片栗粉	すいか

月平均栄養価 エネルギー 187kcal たんぱく質 6.4g 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。