



令和2年 8月

きゅうしょくだより (離乳食 7~8か月)

箕面市立保育所

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
1 22 (土)	おかゆ 柔らか煮 ピオーネ	米 / 鶏肉,凍り豆腐,たまねぎ,さつまいも,人参,だし昆布等 / ピオーネ	コッペパン
3 24 (月)	おかゆ 白身魚の煮付け スープ煮	米 / 白身魚,チンゲンツアイ,だし昆布等 / 茄子,人参,チンゲンツアイ,だし昆布等	トマト さつまいものおやき
4 18 (火)	おかゆ 旨煮 柔らか煮	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,たまねぎ,人参,とうがん,だし昆布等 / キャベツ,だし昆布等	巨峰 スープ煮 
5 19 (水)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 凍り豆腐,人参,たまねぎ,キャベツ,だし昆布等 / レタス,だし昆布等	桃 ドイツパン 
7 21 (金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 凍り豆腐,キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布等 / 小松菜,だし昆布等	巨峰 コーンスープ
8 29 (土)	おかゆ 旨煮 ピオーネ	米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,たまねぎ,ほうれん草,人参,茄子,だし昆布等 / ピオーネ	食パン 
11 25 (火)	おかゆ かぼちゃの旨煮 煮浸し	米 / かぼちゃ,たまねぎ,ひじき,だし昆布等 / (絹)豆腐,大根,人参,だし昆布等	桃 ジャムサンド
12 26 (水)	おかゆ 煮魚 旨煮	米 / 白身魚,はくさい,だし昆布等 / キャベツ,ほうれん草,人参,だし昆布等	梨 トースト 
13 27 (木)	おかゆ 旨煮 おろし煮きゅうり	米 / 豆腐,大根,たまねぎ,人参,だし昆布等 / きゅうり,だし昆布,片栗粉等	ピオーネ おじや
14 28 (金)	おかゆ 高野豆腐のつぶし煮 柔らか煮	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,だし昆布等 / キャベツ,だし昆布等	りんご おじや
15 (土)	おかゆ 旨煮 巨峰	米 / 凍り豆腐,かぼちゃ,たまねぎ,人参,小松菜,だし昆布等 / 巨峰	トースト
17 31 (月)	おかゆ 白身魚の煮付け 煮浸し	米 / 白身魚,たまねぎ,人参,だし昆布等 / 焼ふ,小松菜,だし昆布等	ピオーネ おじや 
20 (木)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布等 / じゃがいも,たまねぎ,トマト,ほうれん草,だし昆布等	りんご かぼちゃのおやき
誕生会 6 (木)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,キャベツ,だし昆布等 / 小松菜,人参,さつまいも,だし昆布等	すいか 蒸しパン

月平均栄養価 エネルギー 259kcal たんぱく質 9.2g 脂質 3.3g

○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。