



令和2年7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	
1 (水) 30 (木)	牛乳	軟飯 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 / 茄子,たまねぎ,トマト,だし昆布等	巨峰 さつまいものおやき 牛乳
2 16 (木)	牛乳	軟飯 すきやき風煮 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 / 大根,だし昆布等	すいか 蒸しパン 牛乳
3 17 (金)	牛乳	軟飯 旨煮 さざみ煮	米 / 鶏肉,凍り豆腐,キャベツ,人参,たまねぎ,だし昆布等 / じゃがいも,だし昆布等	桃 ふかしいも 牛乳
4 18 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 巨峰	米 / 鶏肉,豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,キャベツ,だし昆布等 / 巨峰	ドイツパン 牛乳
6 20 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 豚ひき肉,凍り豆腐,茄子,たまねぎ,人参,だし昆布等 / ほうれん草,だし昆布等	巨峰 ジャムサンド 牛乳
7 21 (火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,(絹)豆腐,かぼちゃ,たまねぎ,人参,だし昆布等 / 茄子,だし昆布等	ソースオレンジ だいこんのお焼き 牛乳
8 22 (水)	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 / 小松菜,人参,はくさい,だし昆布等	りんご 煮込みうどん 牛乳
10 31 (金)	牛乳	軟飯 豆腐の旨煮 さざみ煮きゅうり	米 / 豆腐,鶏肉,とうがん,人参,だし昆布等 / きゅうり,だし昆布等	ソースオレンジ 春雨スープ 牛乳
11 25 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 桃	米 / 豚肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,さつまいも,切干し大根,だし昆布等 / 桃	コッペパン 牛乳
13 27 (月)	牛乳	軟飯 白身魚の煮つけ 野菜の旨煮	米 / 白身魚,トマト,だし昆布等 / キャベツ,人参,たまねぎ,だし昆布等	桃 やわらかくずもち 牛乳
14 28 (火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,凍り豆腐,キャベツ,人参,たまねぎ,だし昆布等 / チンゲンツアイ,だし昆布等	巨峰 コーンスープ 牛乳
15 29 (水)	牛乳	軟飯 そばろ煮 野菜の旨煮	米 / 豆腐,鶏ひき肉,小松菜,たまねぎ,人参,だし昆布等 / じゃがいも,だし昆布等	ソースオレンジ おじや 牛乳
誕生会 9 (木)	牛乳	軟飯 野菜の旨煮 さざみ煮	米 / 鶏肉,凍り豆腐,ほうれん草,人参,キャベツ,だし昆布等 / 大根,だし昆布等	巨峰 蒸しパン 牛乳

月平均栄養価

450kcal

たんぱく質 16.9g

脂質 11.8g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

