



令和2年 7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 (水) 30 (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,片栗粉等 / 茄子,たまねぎ,トマト,だし昆布,片栗粉等	巨峰
2 16 (木)	つぶし粥 凍り豆腐と野菜の煮つぶし おろし煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等 / 大根,だし昆布,片栗粉等	すいか 
3 17 (金)	つぶし粥 旨煮 煮つぶし	米 / 凍り豆腐,キャベツ,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等 / じゃがいも,だし昆布等	桃 
4 18 (土)	つぶし粥 旨煮 巨峰 	米 / 豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,キャベツ,だし昆布,片栗粉等 / 巨峰	りんご果汁
6 20 (月)	つぶし粥 旨煮 クタクタ煮 	米 / 凍り豆腐,茄子,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等 / ほうれん草,だし昆布,片栗粉等	巨峰
7 21 (火)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	米 / (絹)豆腐,かぼちゃ,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等 / 茄子,だし昆布,片栗粉等	サウスオレンジ 
8 22 (水)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	米 / 白身魚,はくさい,だし昆布,片栗粉等 / 小松菜,人参,はくさい,だし昆布,片栗粉等	りんご 
10 31 (金)	つぶし粥 豆腐の煮つぶし おろし煮きゅうり	米 / 豆腐,とうがん,人参,だし昆布,片栗粉等 / きゅうり,だし昆布,片栗粉等	サウスオレンジ
11 25 (土)	つぶし粥 柔らか煮 桃 	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,さつまいも,切干し大根,だし昆布,片栗粉等 / 桃	りんご果汁
13 27 (月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	米 / 白身魚,トマト,だし昆布,片栗粉等 / キャベツ,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等	桃
14 28 (火)	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,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉等 / チンゲンツアイ,だし昆布,片栗粉等	巨峰
15 29 (水)	つぶし粥 豆腐の煮つぶし 柔らか煮	米 / 豆腐,小松菜,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉等 / じゃがいも,だし昆布,片栗粉等	サウスオレンジ
誕生会 9 (木)	つぶし粥 野菜の煮つぶし おろし煮	米 / 凍り豆腐,ほうれん草,人参,キャベツ,だし昆布,片栗粉等 / 大根,だし昆布,片栗粉等	巨峰

月平均栄養価 エネルギー 194kcal たんぱく質 6.6g 脂質 2.5g



- 上記以外にミルクがつけます。
- 献立は諸事情により、変更することがあります。

