



令和2年 7月

きゅうしょくだより (離乳食 9~11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)	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 / 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
2 16 (木)	おかゆ 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 
3 17 (金)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	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 ふかしも 
4 18 (土)	おかゆ 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
6 20 (月)	おかゆ 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
7 21 (火)	おかゆ 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	サウスオレンジ だいこんのお焼き
8 22 (水)	おかゆ 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
10 31 (金)	おかゆ 豆腐の旨煮 きざみ煮きゅうり	米 / 豆腐,鶏肉,とうがん,人参,だし昆布等 / きゅうり,だし昆布,片栗粉等	サウスオレンジ 春雨スープ
11 25 (土)	おかゆ 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 
13 27 (月)	おかゆ 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
14 28 (火)	おかゆ 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
15 29 (水)	おかゆ そぼろ煮 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	サウスオレンジ おじや
誕生会 9 (木)	おかゆ 野菜の旨煮 きざみ煮	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

月平均栄養価 エネルギー 278kcal たんぱく質 9.5g 脂質 3.6g

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

