

夙川さくら保育園



名 阪 食 品

MEIHAN SHOKUHIN

後期栄養価の平均 エネルギー（エ）146kcal たんぱく質（たん）6.5g 脂質（脂）1.5g 食塩相当量（食塩）0.3g

日付		曜日	提供時間	献立	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料	日付	曜日	提供時間	献立	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
2	月	昼食	お粥 豆腐と野菜の煮物 ふのみそ汁	豆腐 味噌	ほうれん草・人参 白菜	精白米 上白糖 切り麩	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	17	火	昼食	お粥 豆腐と野菜の煮物 キャベツのすまし汁	豆腐	ほうれん草・玉ねぎ キャベツ・人参	精白米 上白糖	水 濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁	
		3時	ポテトおやき		人参	じゃがいも・片栗粉	食塩			3時	マッシュポテト		じゃがいも	食塩		
4	水	昼食	お粥 タラと野菜の煮物 人参のみそ汁	タラ 味噌	小松菜・人参 人参・玉ねぎ	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	18	水	昼食	お粥 野菜のそぼろ煮 ほうれん草のみそ汁	とりミンチ 味噌	ブロッコリー ほうれん草・玉ねぎ	精白米 じゃがいも・上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	さつまいもスティック			さつまいも				3時	さつまいもとりんごの甘煮		りんご	さつまいも・上白糖	水	
5	木	昼食	お粥 ササミと野菜の煮物 ほうれん草のみそ汁	鶏ささみ 味噌	大根・人参 ほうれん草・玉ねぎ	精白米 上白糖	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	19	木	昼食	お粥 ツナと野菜の煮物 ほうれん草のスープ	ツナ	ブロッコリー・人参 ほうれん草・玉ねぎ	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁	
		3時	豆腐のそぼろ煮	豆腐・とりミンチ	玉ねぎ	上白糖	濃口醤油・だし汁			3時	野菜粥		玉ねぎ・人参	精白米	水	
6	金	昼食	お粥 ツナと野菜の煮物 かぼちゃのスープ	ツナ	キャベツ・人参 南瓜・玉ねぎ	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁	20	金	昼食	お粥 タラと野菜の煮物 大根のみそ汁	タラ 味噌	人参 大根・人参	精白米 じゃがいも・上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	じゃがいも茶巾			じゃがいも				3時	オレンジゼリー		100%オレンジジュース・クールアガー	上白糖	水	
7	土	昼食	うどん煮 野菜のそぼろ煮 チンゲン菜の味噌煮	とりミンチ 味噌	白菜・玉ねぎ チンゲン菜・大根	うどん・上白糖 上白糖・片栗粉	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁 だし汁	21	土	昼食	うどん煮 ササミと野菜の煮物 小松菜の味噌煮	鶏ささみ 味噌	玉ねぎ・人参 小松菜・玉ねぎ	うどん・上白糖 上白糖・片栗粉	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	おやつ				アンパンマンベビーセンバイ			3時	おやつ			アンパンマンベビーセンバイ		
9	月	昼食	お粥 ササミと野菜の煮物 白菜のスープ	鶏ささみ	南瓜・人参 白菜・人参	精白米 上白糖	水 濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁	24	火	昼食	お粥 野菜のそぼろ煮 キャベツのスープ	とりミンチ	人参 キャベツ・玉ねぎ	精白米 じゃがいも・上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁	
		3時	そぼろ粥	とりミンチ		精白米	水・濃口醤油			3時	かぼちゃの茶巾		南瓜			
10	火	昼食	お粥 タラと野菜の煮物 小松菜のすまし汁	タラ	玉ねぎ・人参 小松菜・玉ねぎ	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁	25	水	昼食	お粥 タラと野菜の煮物 白菜のみそ汁	タラ 味噌	玉ねぎ・人参 白菜・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	りんごゼリー		100%りんごジュース・クールアガー	上白糖	水			3時	オレンジゼリー		100%オレンジジュース・クールアガー	上白糖	水	
11	水	昼食	お粥 ササミと野菜の煮物 白菜のスープ	ささみ	人参 白菜・人参	精白米 じゃがいも・上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁	26	木	昼食	うどん煮 ツナと野菜の煮物 小松菜の味噌煮	ツナ 味噌	玉ねぎ・人参 小松菜・人参	うどん・上白糖 上白糖・片栗粉	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	バナナきな粉	きな粉	バナナ	上白糖				3時	いも粥			精白米・さつまいも	水	
12	木	昼食	お粥 マーボー豆腐風 オニオンスープ	豆腐・とりミンチ・味噌	人参 玉ねぎ・人参	精白米 上白糖・片栗粉	水 だし汁 濃口醤油・だし汁	27	金	昼食	お粥 ササミと野菜の煮物 じゃがいものみそ汁	鶏ささみ 味噌	大根・人参 ほうれん草	精白米 上白糖・片栗粉 じゃがいも	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	みそうどん煮	とりミンチ・味噌	大根・人参	うどん・上白糖	だし汁			3時	スイートポテト			さつまいも・上白糖		
13	金	昼食	お粥 ツナと野菜の煮物 キャベツのみそ汁	ツナ 味噌	チンゲン菜・人参 キャベツ・玉ねぎ	精白米 上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	28	土	昼食	うどん煮 野菜のそぼろ煮 ほうれん草の味噌煮	とりミンチ 味噌	キャベツ・玉ねぎ ほうれん草・大根	うどん・上白糖 上白糖・片栗粉	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁 だし汁	
		3時	豆腐きな粉	豆腐・きな粉		上白糖				3時	おやつ			ハイハイン		
14	土	昼食	うどん煮 野菜のそぼろ煮 白菜の味噌煮	とりミンチ 味噌	玉ねぎ・人参 白菜・人参	うどん・上白糖 上白糖・片栗粉	濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁 だし汁	30	月	昼食	お粥 豆腐と野菜の煮物 小松菜のスープ	豆腐	人参 小松菜・大根	精白米 じゃがいも・上白糖	水 濃口醤油・だし汁 濃口醤油・だし汁	
		3時	おやつ				野菜ハイハイン			3時	ふののとうろ煮		切り麩・上白糖	水		
16	月	昼食	お粥 ササミと野菜の煮物 人参のみそ汁	鶏ささみ 味噌	人参 人参・玉ねぎ	精白米 さつまいも・上白糖・片栗粉	水 濃口醤油・だし汁 だし汁	離乳食の形態 初期食の献立 中期食の献立 後期食の献立 中期食の献立								