



献立表



2020年05月

もみじやま保育園 離乳食(完了期)

日付	午前おやつ	献立名	食材(材料)名			午後おやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					
22日 (金)	おやつ	ご飯 豆腐の肉味噌煮 おさつスティック 味噌汁(玉ねぎ・白菜)	精白米 片栗粉 さつまいも 上白糖	豆腐 鶏肉 味噌	にんじん ほうれん草 たまねぎ はくさい	おにぎり(青のり) 牛乳	427	14.3	7.5	0.2
23日 (土)	おやつ	おにぎり 鶏肉とじゃが芋の煮物 キャベツとしらすの和え物 味噌汁(大根)	精白米 じゃがいも 片栗粉	鶏肉 しらす 味噌	たまねぎ にんじん キャベツ ほうれん草 だいこん	せんべい お茶	263	8.5	0.8	0.5
25日 (月)	おやつ	トマトパスタ かぼちゃとブロッコリーのサラダ りんご	マカロニ 上白糖	ツナ	たまねぎ ピーマン トマトケチャップ かぼちゃ ブロッコリー りんご	じゃが芋餅 牛乳	343	13.2	5.0	0.4
26日 (火)	おやつ	ご飯 鶏肉と麩の煮物 青のりポテト 味噌汁(キャベツ)	精白米 麩 片栗粉 じゃがいも	鶏肉 青のり 味噌	たまねぎ にんじん ほうれん草 キャベツ	おにぎり(ひじき) 牛乳	359	11.7	4.6	0.5
27日 (水)	おやつ	豆腐あんかけ丼 コロコロパンプキン 味噌汁(白菜)	精白米 片栗粉 上白糖 バター	豆腐 鶏肉 味噌	たまねぎ にんじん ほうれん草 かぼちゃ はくさい	きなこパスタ 牛乳	487	18.7	9.4	0.3
28日 (木)	おやつ	ご飯 鮭のムニエル マッシュポテト 味噌汁(納豆・大根)	精白米 バター じゃがいも	さけ 納豆 味噌	ほうれん草 にんじん だいこん	かぼちゃボール 牛乳	408	18.6	11.9	0.3
29日 (金)	おやつ	うどん おさつスティック ブロッコリーとトマトのサラダ	うどん 片栗粉 さつまいも 上白糖	鶏肉 のり	だいこん にんじん ブロッコリー ミニトマト	おにぎり(おかか) 牛乳	361	12.3	4.7	1.5
平均							392	14.6	7.1	0.6

※土曜日の栄養価は含まれておりません。
 ※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。