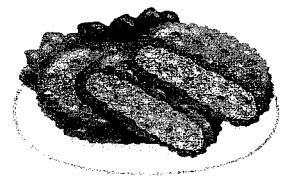
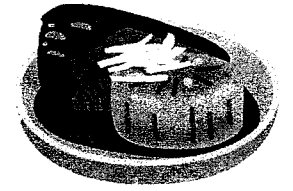
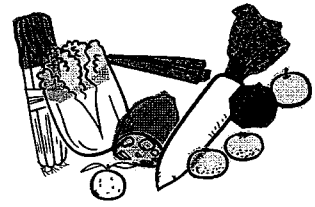


2日(月)		3日(火)		4日(水)		5日(木)		6日(金)		7日(土)			
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g		
●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【きつねごはん】 五分つき米 油揚げ 三温糖 うすくちしょうゆ 本みりん 酒 水	50.00 6.00 0.10 1.00 0.80 0.80 60.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【ごはん】 五分つき米 水	50.00 60.00	●主【肉野菜うどん】 干しうどん(ゆで) 豚モモ(脂肪なし) キャベツ 玉葱 にんじん 三温糖 うすくちしょうゆ 本みりん 酒 削り節 こんぶ 水	50.00 30.00 15.00 15.00 5.00 3.00 12.00 3.00 3.00 3.00 0.00 0.00		
●副【鮭のオーロラソース焼き】 鮭 ★マヨネーズ(卵黄型) トマトケチャップ 油	50.00 8.00 8.00 1.20	●副【すき焼き風煮】 豚モモ(脂肪なし) 焼き豆腐 はくさい しゅんぎく 金時人参 えのきたけ 白ねぎ	27.00 30.00 25.00 10.00 5.00 8.00 4.00	●副【キャベツ入りミンチカツ】 豚ひき肉 キャベツ 玉葱 にんじん 食塩 薄力粉 パン粉(乾燥) トマトケチャップ ウスターソース 油	40.00 15.00 10.00 7.00 0.10 6.00 4.00 1.50 0.50 5.00	●副【鶏のねぎだれ焼き】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) ねぎ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 本みりん 酒	70.00 2.00 0.30 1.20 0.80 0.80	●副【ぶり大根】 ぶり だいこん 三温糖 こいくちしょうゆ 本みりん 酒 水	50.00 15.00 1.20 1.20 0.80 0.80 0.00	●副【柚子ドレサラダ】 キャベツ かぼちゃ にんじん フロッコリー ゆず(果汁、生) 三温糖 酢 食塩 油	40.00 15.00 7.00 8.00 1.00 0.20 1.00 0.10 1.00	●副【さつまいもの甘煮】 さつまいも 三温糖 食塩 水	45.00 1.50 0.05 0.00
●副【切干大根のサラダ】 切干し大根 キャベツ 干ひじき ちりめんじゃこ もみのり 三温糖 うすくちしょうゆ 酢 ごま油	7.00 20.00 3.00 3.50 0.50 0.20 0.80 1.00 0.30	●副【焼き南瓜】 かぼちゃ 食塩 油	50.00 0.10 0.80	●副【ポテトサラダ】 じゃがいも チンゲン菜 にんじん 味噌 酢 油 食塩	25.00 25.00 9.00 2.00 1.00 0.20	●副【れんこんの味噌汁】 れんこん チンゲン菜 にんじん 味噌 削り節 こんぶ 水	10.00 10.00 9.00 3.80 1.00 0.00 140.00	●副【ほうれん草の味噌汁】 ほうれん草 絹ごし豆腐 玉葱 味噌 削り節 こんぶ 水	20.00 15.00 12.00 3.80 1.00 0.00 140.00				
●副【チンゲン菜のスープ】 チンゲン菜 もやし にんじん 鶏がら うすくちしょうゆ スープの素 水	20.00 10.00 10.00 0.00 1.50 0.80 140.00	●副【しめじの味噌汁】 だいこん しめじ 味噌 削り節 こんぶ 水	15.00 8.00 3.80 1.00 0.00 140.00	●副【もやしのスープ】 もやし わかめ 鶏がら うすくちしょうゆ スープの素 水	7.00 1.00 0.00 1.50 0.80 140.00								
●PM【さつまいものスコーン】 さつまいも 薄力粉 ベーキングパウダー 三温糖 ★牛乳 ★無塩バター	30.00 30.00 1.00 4.00 7.00 8.00	●PM【フルーツヨーグルト】 ★ヨーグルト(全脂無糖) 三温糖 温州蜜柑(普通、生)	80.00 1.50 15.00	●PM【果物】 りんご	90.00	●PM【カレーコーンおにぎり】 五分つき米 とうもろこし缶詰(味) 食塩 カレー粉 水	35.00 5.00 0.08 0.10 53.00	●PM【レモンケーキ】 薄力粉 ベーキングパウダー ★たまご 三温糖 油 ★牛乳 はちみつ レモン	20.00 1.00 12.00 8.00 5.00 10.00 2.00 5.00	●PM【きな粉ういろう】 薄力粉 三温糖 きな粉(大豆) ★牛乳	15.00 4.00 3.00 50.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00
●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【お菓子】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00	●PM【牛乳】 ★牛乳	120.00				



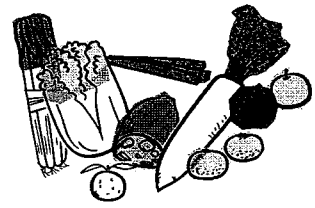
エネルギー 656 kcal たんぱく質 25.4 g エネルギー 378 kcal たんぱく質 18.1 g エネルギー 532 kcal たんぱく質 18.6 g エネルギー 553 kcal たんぱく質 24.2 g エネルギー 608 kcal たんぱく質 25.5 g エネルギー 398 kcal たんぱく質 20.0 g
 脂 質 22.9 g 食塩相当量 1.7 g 脂 質 7.8 g 食塩相当量 0.9 g 脂 質 21.1 g 食塩相当量 1.3 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.1 g 脂 質 23.1 g 食塩相当量 1.2 g 脂 質 9.8 g 食塩相当量 2.4 g

(★印はアレルギー除去対象食品です)



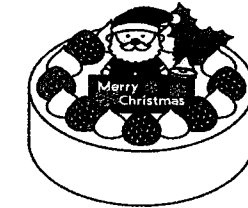
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)
献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名	
●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00 ●副【白菜の回鍋肉風】 豚モモ(脂肪なし) 20.00 はくさい 50.00 玉葱 15.00 にんじん 8.00 三温糖 0.50 うすくちしょうゆ 0.50 赤味噌 2.00 スープの素 0.50 ごま油 1.00 油 1.50 ●副【ブロッコリーのチーズ焼き】 ブロッコリー 15.00 ジャがいも 55.00 食塩 0.05 ★ミックスチーズ 4.00 オリーブ油 2.00 ●副【卵と小松菜のスープ】 ごまつな 20.00 ★たまご 8.00 鶏がら 0.00 うすくちしょうゆ 1.50 スープの素 0.50 水 140.00 ●PM【大根もち】 上新粉 5.00 白玉粉 5.00 薄力粉 5.00 だいこん 20.00 ねぎ 3.00 ★さくらえび(素干し) 2.00 うすくちしょうゆ 1.00 食塩 0.20 ごま油 0.50 水 20.00 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00	●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00 ●副【根菜の治部煮風】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 25.00 さといも 30.00 ごぼう 7.00 れんこん 7.00 にんじん 5.00 薄力粉 3.00 三温糖 0.80 うすくちしょうゆ 1.00 本みりん 0.80 酒 0.80 水 0.00 ●副【大根の和え物】 はくさい 40.00 だいこん 15.00 ちりめんじゃこ 6.00 あおのり 0.02 三温糖 0.20 うすくちしょうゆ 0.80 ●副【カリフラワーの味噌汁】 カリフラワー 8.00 油揚げ 3.00 味噌 3.80 削り節 1.00 こんぶ 0.00 水 140.00 ●PM【クリームサンド】 ★食パン(市販品) 40.00 コーンスターチ 0.70 ★牛乳 10.00 ★たまご 4.00 三温糖 2.00 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00	●主【ポークチャップカレー】 五分つき米 60.00 豚モモ(脂肪なし) 23.00 玉葱 40.00 ジャがいも 40.00 さつまいも 25.00 にんじん 8.00 とうもろこし缶詰(体4) 5.00 しめじ 8.00 ★無塩バター 1.50 カレー粉 0.20 ブイヨン 0.20 スープの素 0.50 鶏がら 0.00 薄力粉 13.00 トマト缶詰(ホール) 2.70 トマトチャップ 3.00 ウスターソース 1.20 とんかつソース 1.20 はちみつ 0.20 うすくちしょうゆ 0.80 酒 0.80 食塩 0.20 油 2.00 水 100.00 ●副【りんごのサラダ】 キャベツ 40.00 チンゲン菜 15.00 にんじん 8.00 りんご 20.00 ★マヨネーズ(卵黄型) 3.00 三温糖 0.20 食塩 0.10 酢 0.80 油 1.00 ●PM【果物】 温州蜜柑(普通、生) 100.00 ●PM【チーズ】 ★ベビーチーズ 15.00 ●PM【お菓子】 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00	●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00 ●副【鰯の梅味噌焼き】 さわら 50.00 梅干し 2.00 味噌 0.80 本みりん 0.70 酒 0.70 ●副【じゃが芋と小松菜のきんぴら風】 ジャがいも 40.00 ごまつな 30.00 にんじん 8.00 三温糖 1.00 うすくちしょうゆ 1.30 油 1.50 ●副【具だくさんすまし】 豚モモ(脂肪なし) 12.00 だいこん 20.00 ささがきごぼう 6.00 ねぎ 2.50 うすくちしょうゆ 1.50 食塩 0.10 本みりん 0.70 削り節 1.00 こんぶ 0.00 水 140.00 ●PM【黒糖ミルクくずもち】 黒砂糖 5.00 黒砂糖 2.00 三温糖 50.00 ★牛乳 10.00 水 15.00 かたくり粉 3.00 きな粉(大豆) 0.01 食塩 0.01 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00	●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00 ●副【酢鶏】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 30.00 玉葱 40.00 にんじん 8.00 三度豆 5.00 三温糖 0.40 うすくちしょうゆ 1.00 スープの素 0.50 酢 1.50 酒 0.40 油 1.50 かたくり粉 1.00 ●副【ほうれん草のナムル】 ほうれん草 50.00 もやし 20.00 三温糖 0.20 うすくちしょうゆ 0.90 ごま 2.00 ごま油 0.40 ●副【玉葱の味噌汁】 玉葱 10.00 しめじ 10.00 ねぎ 3.00 味噌 3.80 削り節 1.00 こんぶ 0.00 水 140.00 ●PM【肉まん】 薄力粉 20.00 強力粉 6.00 ベーキングパウダー 1.00 イースト 1.00 三温糖 3.00 油 1.00 豚ひき肉 10.00 玉葱 15.00 しょうが 0.50 三温糖 0.50 食塩 0.07 かたくり粉 1.00 水 20.00 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00	<div style="text-align: center;">  <p>プレイランド</p> </div>
エネルギー 457 kcal たんぱく質 19.2 g 脂質 12.7 g 食塩相当量 1.7 g	エネルギー 502 kcal たんぱく質 21.9 g 脂質 12.9 g 食塩相当量 1.9 g	エネルギー 628 kcal たんぱく質 20.6 g 脂質 17.9 g 食塩相当量 1.6 g	エネルギー 534 kcal たんぱく質 25.5 g 脂質 15.4 g 食塩相当量 1.3 g	エネルギー 534 kcal たんぱく質 21.4 g 脂質 16.5 g 食塩相当量 1.5 g	

石川県を代表とする産物で、季節の野菜などを含んで食べます。とろみがあるのが特徴です。


プレイランド



(★印はアレルギー除去対象食品です)

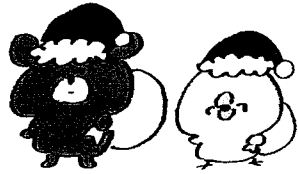
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)
献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名
<p>●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00</p> <p>●副【鮭のオーロラソース焼き】 鮭 50.00 ★マヨネーズ(卵黄型) 8.00 トマトケチャップ 8.00 油 1.20</p> <p>●副【切干大根のサラダ】 切干し大根 7.00 キャベツ 20.00 干ひじき 3.00 ちりめんじゃこ 3.50 もみのり 0.50 三温糖 0.20 うすくちしょうゆ 0.80 酢 1.00 ごま油 0.30</p> <p>●副【チンゲン菜のスープ】 チンゲン菜 20.00 もやし 10.00 にんじん 10.00 鶏がら 0.00 うすくちしょうゆ 1.50 スープの素 0.80 水 140.00</p>	<p>お餅つき (お弁当の日)</p> <p>誤嚥の危険性があるため ミニトマト・ぶどう・うずら卵・ キャンディーチーズなど丸い形状の物 →1/4にきる。枝豆→入れない で下さい。 ピック・つまようじは危険性があるため 使わないでください。</p> 	<p>●主【パン】 ★ロールパン 60.00</p> <p>●副【クリームシチュー】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 25.00 じゃがいも 30.00 玉葱 30.00 ほうれんそう 20.00 にんじん 8.00 とうもろこし缶詰(休-4) 5.00 鶏がら 0.00 ★牛乳 70.00 ★無塩バター 3.00 ブイヨン 0.50 スープの素 1.00 食塩 0.20 薄力粉 2.00 油 1.50</p> <p>●副【フレンチサラダ】 キャベツ 8.00 にんじん 0.30 三温糖 1.80 酢 0.10 食塩 1.00</p> <p>●副【マカロニケチャップソテー】 シェルマカロニ 8.00 玉葱 20.00 トマト缶詰(ホール) 5.00 トマトケチャップ 4.00 ブイヨン 0.30 油 1.50</p>	<p>●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00</p> <p>●副【鶏のねぎだれ焼き】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 70.00 ねぎ 2.00 うすくちしょうゆ 0.30 こいくちしょうゆ 1.20 本みりん 0.80 酒 0.80</p> <p>●副【長芋の和え物】 ながいも 30.00 はくさい 10.00 ほうれんそう 10.00 三温糖 0.30 うすくちしょうゆ 0.80</p> <p>●副【れんこんの味噌汁】 キャベツ 10.00 れんこん 10.00 チンゲン菜 9.00 にんじん 3.80 味噌 1.00 削り節 0.00 こんぶ 140.00 水</p>	<p>●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00</p> <p>●副【ぶり大根】 ぶり 50.00 だいこん 15.00 三温糖 1.20 こいくちしょうゆ 1.20 本みりん 0.80 酒 0.80 水 0.00</p> <p>●副【柚子ドレサラダ】 キャベツ 40.00 かぼちゃ 15.00 にんじん 7.00 ブロッコリー 8.00 ゆず(果汁、生) 1.00 三温糖 0.20 酢 1.00 食塩 0.10 油 1.00</p> <p>●副【ほうれん草の味噌汁】 ほうれんそう 20.00 絹ごし豆腐 15.00 玉葱 12.00 味噌 3.80 削り節 1.00 こんぶ 0.00 水 140.00</p>	<p>●主【肉野菜うどん】 干しうどん(ゆで) 50.00 豚モモ(脂肪なし) 30.00 キャベツ 15.00 玉葱 15.00 にんじん 5.00 三温糖 3.00 うすくちしょうゆ 12.00 本みりん 3.00 酒 3.00 削り節 3.00 こんぶ 0.00 水 0.00</p> <p>●副【さつま芋の甘煮】 さつまいも 45.00 三温糖 1.50 食塩 0.05 水 0.00</p> 
<p>●PM【さつま芋のスコーン】 さつまいも 30.00 薄力粉 30.00 ベーキングパウダー 1.00 三温糖 4.00 ★牛乳 7.00 ★無塩バター 8.00</p> <p>●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00</p>	<p>●PM【きな粉もち】 さつまいも 50.00 もち米 50.00 きな粉(大豆) 3.00 三温糖 2.00 食塩 0.01</p> <p>●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00</p>	<p>●PM【果物】 りんご 90.00</p> <p>●PM【お菓子】</p> <p>●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00</p>	<p>●PM【カレーコーンおにぎり】 五分つき米 35.00 とうもろこし缶詰(休-4) 5.00 食塩 0.08 カレー粉 0.10 水 53.00</p> <p>●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00</p>	<p>●PM【クリスマスケーキ】 薄力粉 17.00 ベーキングパウダー 8.00 ★たまご 20.00 三温糖 9.00 油 6.00 ★牛乳 7.00 ★生クリーム(乳脂肪) 15.00 いちご 10.00</p> <p>●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00</p> 	<p>●PM【きな粉ういろ】 薄力粉 15.00 三温糖 4.00 きな粉(大豆) 3.00 ★牛乳 50.00</p> <p>●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00</p>
<p>エネルギー 656 kcal たんぱく質 25.4 g 脂 質 22.9 g 食塩相当量 1.7 g</p>	<p>エネルギー 276 kcal たんぱく質 7.8 g 脂 質 5.9 g 食塩相当量 0.1 g</p>	<p>エネルギー 560 kcal たんぱく質 20.4 g 脂 質 23.4 g 食塩相当量 2.1 g</p>	<p>エネルギー 553 kcal たんぱく質 24.2 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.1 g</p>	<p>エネルギー 684 kcal たんぱく質 26.4 g 脂 質 31.4 g 食塩相当量 2.5 g</p>	<p>エネルギー 398 kcal たんぱく質 20.0 g 脂 質 9.8 g 食塩相当量 2.4 g</p>

(★印はアレルギー除去対象食品です)

23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名	献立名/食品名
●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00 ●副【白菜の回鍋肉風】 豚モモ(脂肪なし) 20.00 はくさい 50.00 玉葱 15.00 にんじん 8.00 三温糖 0.50 うすくちしょうゆ 0.50 赤味噌 2.00 スープの菜 0.50 ごま油 1.00 油 1.50 ●副【ブロッコリーのチーズ焼き】 ブロッコリー 15.00 じゃがいも 55.00 食塩 0.05 ★ミックスチーズ 4.00 オリーブ油 2.00 ●副【卵と小松菜のスープ】 こまつな 20.00 ★たまご 8.00 鶏がら 0.00 うすくちしょうゆ 1.50 スープの菜 0.50 水 140.00	●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00 ●副【根菜の治部煮風】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 25.00 さとまいも 30.00 ごぼう 7.00 れんこん 7.00 にんじん 5.00 薄力粉 3.00 三温糖 0.80 うすくちしょうゆ 1.00 本みりん 0.80 酒 0.80 水 0.00 ●副【大根の和え物】 はくさい 40.00 だいこん 15.00 ちりめんじゃこ 6.00 おおのり 0.02 三温糖 0.20 うすくちしょうゆ 0.80 ●副【カリフラワーの味噌汁】 カリフラワー 8.00 油揚げ 3.00 味噌 3.80 削り節 1.00 こんぶ 0.00 水 140.00	●主【ポークチャップカレー】 五分つき米 60.00 豚モモ(脂肪なし) 23.00 玉葱 40.00 じゃがいも 40.00 さつまいも 25.00 にんじん 8.00 とうもろこし缶詰(体-カ) 5.00 しめじ 8.00 ★無塩バター 1.50 カレー粉 0.20 ブイヨン 0.20 スープの菜 0.50 鶏がら 0.00 薄力粉 13.00 トマト缶詰(ホール) 2.70 トマトケチャップ 3.00 ウスターソース 1.20 とんかつソース 1.20 はちみつ 0.20 うすくちしょうゆ 0.80 酒 0.80 食塩 0.20 油 2.00 水 100.00 ●副【りんごのサラダ】 キャベツ 40.00 チンゲン菜 15.00 にんじん 8.00 りんご 20.00 ★マヨネーズ(卵黄型) 3.00 三温糖 0.20 食塩 0.10 酢 0.80 油 1.00	●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00 ●副【鶏の梅味噌焼き】 さわら 50.00 梅干し 2.00 味噌 0.80 本みりん 0.70 酒 0.70 ●副【じゃが芋と小松菜のきんぴら風】 じゃがいも 40.00 こまつな 30.00 にんじん 8.00 三温糖 1.00 うすくちしょうゆ 1.30 油 1.50 ●副【奥だくさんすまし】 豚モモ(脂肪なし) 12.00 だいこん 20.00 ささがきごぼう 6.00 ねぎ 2.50 うすくちしょうゆ 1.50 食塩 0.10 本みりん 0.70 削り節 1.00 こんぶ 0.00 水 140.00	●主【ごはん】 五分つき米 50.00 水 60.00 ●副【群鶏】 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 30.00 玉葱 40.00 にんじん 8.00 三度豆 5.00 三温糖 0.40 うすくちしょうゆ 1.00 スープの菜 0.50 酢 1.50 酒 0.40 油 1.50 かたくり粉 1.00 ●副【ほうれん草のナムル】 ほうれん草 50.00 もやし 20.00 三温糖 0.20 うすくちしょうゆ 0.90 ごま 2.00 ごま油 0.40 ●副【玉葱の味噌汁】 玉葱 10.00 しめじ 10.00 ねぎ 3.00 味噌 3.80 削り節 1.00 こんぶ 0.00 水 140.00	●主【チキンライス】 五分つき米 65.00 鶏若鶏肉モモ(皮付き) 20.00 玉葱 10.00 にんじん 6.00 エリンギ 5.00 トマトケチャップ 8.00 ブイヨン 0.30 食塩 0.05 ★無塩バター 1.00 水 95.00 ●副【キャベツのスープ】 キャベツ 15.00 とうもろこし缶詰(体-カ) 3.00 うすくちしょうゆ 1.30 スープの菜 0.40 水 140.00
●PM【肉まん】 薄力粉 20.00 強力粉 6.00 ベーキングパウダー 1.00 イースト 1.00 三温糖 3.00 油 1.00 豚ひき肉 10.00 玉葱 15.00 しょうが 0.50 三温糖 0.50 食塩 0.07 かたくり粉 1.00 水 20.00 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00	●PM【クリームサンド】 ★食パン(市販品) 40.00 コーンスターチ 0.70 ★牛乳 10.00 ★たまご 4.00 三温糖 2.00 ●PM【ココアクリームサンド】 ★食パン(市販品) 40.00 ビュアココア 1.00 三温糖 3.00 コーンスターチ 1.00 ★牛乳 12.00 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00	●PM【果物】 温州蜜柑(普通、生) 100.00 ●PM【チーズ】 ★ベビーチーズ 15.00 ●PM【お菓子】 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00	●PM【黒糖ミルクくずもち】 黒砂糖 5.00 三温糖 2.00 ★牛乳 50.00 水 10.00 かたくり粉 15.00 きな粉(大豆) 3.00 食塩 0.01 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00	●PM【大根もち】 上新粉 5.00 白玉粉 5.00 薄力粉 5.00 だいこん 20.00 ねぎ 3.00 ★さくらえび(凍干し) 2.00 うすくちしょうゆ 1.00 食塩 0.20 ごま油 0.50 水 20.00 ●PM【牛乳】 ★牛乳 120.00	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>万が一、食材が入手困難な場合、 献立の一部を変更することが ありますのでご了承下さい。</p> </div> 
エネルギー 538 kcal たんぱく質 21.5 g 脂質 15.1 g 食塩相当量 1.5 g	エネルギー 628 kcal たんぱく質 26.1 g 脂質 15.2 g 食塩相当量 2.4 g	エネルギー 628 kcal たんぱく質 20.6 g 脂質 17.9 g 食塩相当量 1.6 g	エネルギー 534 kcal たんぱく質 25.5 g 脂質 15.4 g 食塩相当量 1.3 g	エネルギー 453 kcal たんぱく質 19.1 g 脂質 14.1 g 食塩相当量 1.7 g	エネルギー 292 kcal たんぱく質 8.2 g 脂質 4.8 g 食塩相当量 0.7 g

(★印はアレルギー除去対象食品です)

24日はセレクトおやつです。
幼児は上記のどちらか
好きな方を選びます。



12月 離乳食献立表

西京極保育園

	月 2 16	火 3	水 4 18	木 5 19	金 6 20	土 7 21
中期食 7～8ヶ 月頃	鯛の煮付け キャベツの煮物 人参の煮物 もやしのスープ	豆腐の煮物 大根の煮物 南瓜の煮物 ねぎの味噌汁	高野豆腐の煮物 人参の煮物 じゃが芋の煮物 キャベツのスープ	ささみの煮物 白菜の煮物 人参の煮物 ねぎの味噌汁	鯛の煮付け 南瓜の煮物 ブロッコリーの煮物 大根の味噌汁	煮込みうどん うどん キャベツ 人参 さつまいもの煮物
後期食 9～11ヶ 月頃	鯛と野菜の煮物 鯛 キャベツ 切干し大根 三温糖 醤油 人参のスティック煮 もやしのスープ	豆腐と野菜の煮物 豆腐 大根 白菜 三温糖 醤油 南瓜のコロコロ煮 ねぎの味噌汁	高野豆腐と野菜の煮物 高野豆腐 人参 玉葱 三温糖 醤油 じゃが芋のスティック煮 キャベツのスープ	ささみと野菜の煮物 ささみ 白菜 ほうれん草 三温糖 醤油 人参のスティック煮 ねぎの味噌汁	鯛と野菜の煮物 鯛 南瓜 キャベツ 三温糖 醤油 ブロッコリーの煮物 大根の味噌汁	煮込みうどん うどん キャベツ 人参 醤油 さつまいもの煮物
おやつ	蒸しさつま	くずもち	煮りんご	おじや	蒸しパン	ういろう

	月 9 23	火 10 24	水 11 25	木 12 26	金 13 27	土 28
中期食 7～8ヶ 月頃	豆腐の煮物 小松菜の煮物 じゃが芋の煮物 ブロッコリーのスープ	鯛の煮付け 白菜の煮物 里芋の煮物 カリフラワーの味噌汁	高野豆腐の煮物 チンゲン菜の煮物 さつまいもの煮物 人参のすまし	鯛の煮付け じゃが芋の煮物 大根の煮物 小松菜のすまし	ささみの煮物 玉葱の煮物 三度豆の煮物 もやしの味噌汁	野菜おじや 五分つき 玉葱 人参 キャベツのすまし
後期食 9～11ヶ 月頃	豆腐と野菜の煮物 豆腐 小松菜 人参 三温糖 醤油 じゃが芋のスティック煮 ブロッコリーのスープ	鯛と野菜の煮物 鯛 白菜 大根 三温糖 醤油 里芋の煮物 カリフラワーの味噌汁	高野豆腐と野菜の煮物 高野豆腐 チンゲン菜 玉葱 三温糖 醤油 さつまいものコロコロ煮 人参のすまし	鯛と野菜の煮物 鯛 じゃが芋 ねぎ 三温糖 醤油 大根のスティック煮 小松菜のすまし	ささみと野菜の煮物 ささみ 玉葱 人参 三温糖 醤油 三度豆の煮物 もやしの味噌汁	野菜おじや 五分つき 玉葱 人参 醤油 キャベツのすまし
おやつ	(9日)大根の煮物 (23日)蒸しまんじゅう	手作りパン	煮りんご	くずもち	(13日)蒸しまんじゅう (27日)大根の煮物	

※初期食の汁物は野菜(わかめ)を煮た汁のみになります。

※5～6ヶ月頃=つぶし粥～全粥、9～11ヶ月頃=全粥～軟飯に移行していきます。

※17日(火)の給食は、初期食:キャベツの煮物、じゃが芋の煮物、大根のすましです。

中期食:高野豆腐の煮物、キャベツの煮物、じゃが芋の煮物、大根のすましです。

後期食:高野豆腐と野菜の煮物(高野豆腐・キャベツ・人参・三温糖・醤油)、じゃが芋のスティック煮、大根のすましです。おやつは蒸しさつまです。