



離乳後期献立表

ベビーからーれ 令和3年 10月

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日							
日付	10月11日 - 10月18日		10月19日 - 10月26日		10月27日 - 10月31日								
給食			<p>【朝おやつについて】 月齢や個人の成長に合ったものを提供します。 (ポーロやソフトせんべいなどの赤ちゃん用お菓子) また、個々の生活リズムや授乳の有無によって提供しない場合もございます。 ご了承ください。</p>		<p>Trick or Treat</p> 								
おやつ													
材料			<p>※都合により献立を変更することがございます。 ご了承ください。</p>		精白米、昆布だし、ささみ、しめじ、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう / 精白米								
日付	4	18	5	19	6	20	7	21	8	22	9	23	
給食	鶏ひき肉と野菜の煮込みうどん さといものお味噌汁		5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 ほうれんそうスープ		5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 心のお味噌汁		5倍がゆ ささみと野菜の煮物 青菜のスープ		しらすと野菜の煮込みうどん きのこのスープ		5倍がゆ ささみと野菜の煮物 にんじんのスープ		
おやつ	夕焼けおにぎり		バナナケーキ		あずき蒸しパン		フルーツヨーグルト		青菜のおにぎり		おにぎり		
材料	うどん、昆布だし、鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、しいたけ、もやし、さといも / 精白米、にんじん、かつお節		精白米、昆布だし、豆腐、たまねぎ、だいこん、にんじん、しいたけ、ほうれんそう / ホットケーキミックス、ヨーグルト、バナナ		精白米、昆布だし、白身魚、たまねぎ、ほうれんそう、えのき、心、ねぎ / ホットケーキミックス、牛乳、あずき		精白米、昆布だし、ささみ、たまねぎ、にんじん、さつまいも、ピーマン、ほうれんそう / ヨーグルト、フルーツ		うどん、昆布出汁、しらす、たまねぎ、キャベツ、キャベツ、にんじん、しめじ、ほうれんそう / 精白米、小松菜		精白米、昆布だし、ささみ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、もやし / 精白米		
日付	11	25	12	26	13	27	14	28	29	<p>【かぼちゃの栄養について】 ハロウィンといえば、「かぼちゃ」。甘くて、食べやすいので離乳食にも人気のお野菜です。かぼちゃは、栄養たっぷりな緑黄色野菜の仲間。緑黄色野菜に多く含まれている「ビタミンA」は、皮膚や粘膜の健康を保つので、風邪予防につながります！また、お腹の調子を整えてくれる「食物繊維」も多く含んでいますよ！</p> 			
給食	5倍がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 だいこんのお味噌汁		5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 キャベツのスープ		しらすときのこの煮込みうどん ほうれんそうのお味噌汁		5倍がゆ ささみと野菜の煮物 わかめのすまし汁		5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 かぼちゃのスープ				
おやつ	きなこサンド		心かし芋		おにぎり		オレンジゼリー		マッシュかぼちゃ				
材料	精白米、昆布だし、高野豆腐、ひじき、にんじん、だいこん、しいたけ、さつまいも / 食パン、きなこ、牛乳		精白米、昆布だし、白身魚、たまねぎ、ブロッコリー、トマト、じゃがいも、キャベツ / さつまいも		うどん、昆布出汁、しらす、えのき、しめじ、にんじん、ねぎ、ほうれんそう / 精白米		精白米、昆布だし、ささみ、キャベツ、じゃがいも、にんじん、わかめ / オレンジジュース、寒天		精白米、昆布だし、豆腐、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、かぼちゃ / かぼちゃ、牛乳				