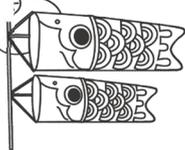
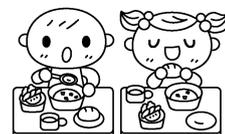


2024年

5月



こんだてびょう



三ツ境たんぽぽ保育園
りす組 離乳食後期

日	曜	昼食	3色分類			午後おやつ		
			黄(力や体温のもとになる)	あか(体をつくる・血や肉になる)	みどり(体の調子を整える)			
13	27	月	軟飯 スープ 豚ひき肉と豆腐の煮物 茹できゅうり	米、片栗粉	豚ひき肉、しろさけ、木綿豆腐	きゅうり、チンゲンサイ	おじや(鮭)	
14	28	火	鯛入り粥 味噌汁 大根と鶏肉の煮物 茹でにんじん	米、片栗粉	たい、鶏むね肉、米みそ(淡色辛みそ)	だいこん、ほうれんそう、にんじん、たまねぎ、なす、ブロッコリー	おじや(ほうれんそう)	
1	15	29	水	軟飯 味噌汁 鶏ひき肉と里芋の煮物 茹でにんじん	米、さといも、砂糖、片栗粉、ホットケーキ粉	木綿豆腐、鶏ひき肉、きな粉、米みそ(淡色辛みそ)、茹であずき缶、牛乳	にんじん、たまねぎ、こまつな	小倉パンケーキ
2	16	30	木	軟飯 味噌汁 納豆 鮭のみどり煮	米、片栗粉	挽きわり納豆、かつお節、米みそ(淡色辛みそ)、しろさけ	ほうれんそう、キャベツ、たまねぎ	おじや(かつお節)
17	31	金	スティックパン スープ 鶏もも肉と野菜のくず煮 茹で大根	フランスパン、砂糖、片栗粉、米粉	鶏もも	だいこん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、あおのり、いちごジャム	米粉のストロベリーマフィン	
18		土	うどん(豚みそ野菜) バナナ	ゆでうどん、米、油	豚肉(肩ロース) 赤身 かつお節、米みそ(赤色辛みそ)	バナナ、ねぎ、にんじん	おじや(かつお節)	
20		月	軟飯 スープ 豆腐とじゃが芋の煮物 茹できゅうり	じゃがいも、米、片栗粉	絹ごし豆腐、きな粉	にんじん、きゅうり、だいこん	おじや(きな粉)	
7	21	火	軟飯 味噌汁 鮭のだし煮 茹でにんじん	米、砂糖、片栗粉	米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、ひじき	おじや(にんじん)	
8	22	水	ちゃんぽんうどん さつまいもの煮物	ゆでうどん、さつまいも、米、砂糖	豆乳、ミルク、豚肉(肩ロース)、米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、にんじん	ミルク粥	
9	23	木	軟飯 味噌汁 さわらのみそ煮 茹で大根	米	絹ごし豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、さわら	たまねぎ、だいこん、にんじん、あおのり	おじや(のり)	
10	24	金	スティックパン 豆乳スープ 鶏ひき肉と豆腐のハンバーグ 茹でいんげん	食パン、米、片栗粉	豆乳、木綿豆腐、しらす干し、鶏ひき肉	たまねぎ、いんげん	おじや(しらす)	
11	25	土	うどん(野菜) バナナ	ゆでうどん、米、油、片栗粉	豚肉(肩ロース)、かつお節	バナナ、ねぎ、にんじん	おじや(かつお節)	

上記食材の他に、ケチャップやマヨネーズは9~11か月(後期食)頃、チキンコンソメ、中華だし、中濃ソースなどは1歳(完了期)頃から食べられる調味料です。
チェック表も併せて確認の上、料理に加えてお試し下さい。
☆19時半までの保育がある場合は軽食(食パン・麦茶)を提供します。