

2025年11月 精華町立保育所 材 名 日 黄 赤 緑 時間帯 献立 曜 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 その他 全がゆ(精白米) 04 昼食 かゆ 火 白身魚 しょう油 白身魚(たい)のほぐし煮 昆布 野菜の軟らか煮 白菜、小松菜、人参 野菜スープ(離) しらすかゆ 全がゆ(精白米) ちりめんじゃこ 人参 午後おやつ 野菜のスープ 白菜、かぼちゃ、小松菜、人参|鰹だし、塩、しょう油 全がゆ(精白米) 05 昼食 かゆ 水 白身魚 白身魚(かれい)のほぐし煮 しょう油 玉ねぎ、ブロッコリー、人参 昆布 野菜の軟らか煮 野菜スープ(離) 午後おやつ かゆ 全がゆ(精白米) 白菜、人参、玉ねぎ、青ねぎしょう油、昆布 野菜と豆腐のくず煮 片栗粉 豆腐 06 昼食 全がゆ(精白米) しらす干し 木 しらす煮 小松菜 野菜の軟らか煮 大根、人参 昆布 野菜スープ(離) ツナ水煮缶 人参 午後おやつ ツナかゆ 全がゆ(精白米) かぼちゃ、きゃべつ、小松菜|鰹だし 離乳食 みそ汁 みそ 07 昼食 全がゆ(精白米) かゆ しょう油、昆布 金 豆腐の軟らか煮 豆腐 じゃが芋 昆布 野菜の軟らか煮 小松菜、人参 野菜スープ(離) 煮込みうどん 玉ねぎ、人参、青ねぎ 鰹だし、塩、しょう油(淡) 午後おやつ 干しうどん ちりめんじゃこ バナナヨーグルト ヨーグルト(無糖) バナナ 10 昼食 かゆ 全がゆ(精白米) 月 白身魚 しょう油 白身魚(たい)のほぐし煮 野菜の軟らか煮 さつま芋 小松菜、人参 昆布 野菜スープ(離) 人参 あけぼのがゆ 全がゆ(精白米) 離乳食 みそ汁 さつま芋 玉ねぎ、小松菜 鰹だし 豆腐、みそ 11 昼食 かゆ 全がゆ(精白米) 火 しらす煮 しらす干し 玉ねぎ 野菜の軟らか煮 かぼちゃ、きゅうり 昆布 野菜スープ(離) 午後おやつ きなこがゆ 全がゆ(精白米) きな粉 片栗粉 ツナ水煮缶 玉ねぎ、人参、青ねぎ 野菜とツナの煮物 しょう油、昆布 12 昼食 全がゆ(精白米) かゆ 水 豆腐の軟らか煮 豆腐 しょう油、昆布 さつま芋 白菜、人参 昆布 野菜の軟らか煮 野菜スープ(離) 全がゆ(精白米)、さつま芋 午後おやつ 芋かゆ 白菜、玉ねぎ、人参 しょう油 しらす入り野菜スープ ちりめんじゃこ 全がゆ(精白米) 13 昼食 かゆ 木 しらす煮 しらす干し 人参 野菜の軟らか煮 昆布 じゃが芋 ブロッコリー 野菜スープ(離) 午後おやつ かゆ 全がゆ(精白米) じゃが芋、三温糖、片栗粉 人参、小松菜 鰹だし、しょう油 豆腐の野菜のあんかけ 豆腐 全がゆ(精白米) 昼食 白身魚(かれい)のほぐし煮 白身魚 しょう油 金 野菜の軟らか煮 玉ねぎ、かぼちゃ、人参 昆布 野菜スープ(離) かゆ 午後おやつ 全がゆ(精白米) 玉ねぎ、人参、ほうれん草、青ねぎ|鰹だし 離乳食 みそ汁 豆腐、みそ

進め方 この頃は2回食。やわらかな小さなかたまりを舌でつぶして食べるようになります。でも急にかたくしないで少しずつのかたまりに慣らしていきましょう。豆腐ぐらいの固さで少し大きめのツブツブ状を基本の形にします。味付けはごく薄味です。

^{*} 都合により給食内容が変更になることがあります。



2025年11月 精華町立保育所

202	5年11月			11	101 77	精華町立保育所
日	n± 88 ***	±+ * -			料 名 緑	
曜	時間帯	献立	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	その他
	昼食	かゆ	全がゆ(精白米)	血で以で自己なるのの	中の前する主える000	(O) IE
月	企 及	豆腐の軟らか煮	エグリヤ(村口木)	豆腐		しょう油、昆布
Л		野菜の軟らか煮		<u>√</u> ⊗	きゃべつ、小松菜、人参	昆布
		野菜スープ(離)				LC 111
	 午後おやつ	あけぼのかゆ	全がゆ(精白米)		人参	
		ツナと野菜のスープ煮	_ 18 1F (1H LI 2N)	ツナ水煮缶	かぼちゃ、大根、人参、小松菜	しょう油
18	昼食	かゆ	全がゆ(精白米)	> > 11/1/11 PA		00.774
火		しらす煮	じゃが芋	しらす干し		
		野菜の軟らか煮			白菜、人参	昆布
		野菜スープ(離)				
	午後おやつ	煮込みつとん (おめつ)	ゆでうどん	ツナ水煮缶	白菜、玉ねぎ、人参、青ねぎ	鰹だし、塩、しょう油(淡)
		バナナヨーグルト		ヨーグルト(無糖)	バナナ	
19	昼食	かゆ	全がゆ(精白米)			
水		白身魚(かれい)のほぐし煮		白身魚		しょう油
		野菜の軟らか煮	じゃが芋		白菜、人参	昆布
		野菜ス一プ(離)				
	午後おやつ	きなこがゆ	全がゆ(精白米)	きな粉		
		離乳食 みそ汁		豆腐、みそ	大根、人参、白菜、青ねぎ	鰹だし
20	昼食	かゆ	全がゆ(精白米)			
木		豆腐の軟らか煮		豆腐		しょう油、昆布
		野菜の軟らか煮			白菜、ほうれん草、人参	昆布
		野菜ス一プ(離)				
	午後おやつ	かゆ	全がゆ(精白米)			
		ツナと野菜のくず煮	じゃが芋、片栗粉	ツナ水煮缶	玉ねぎ、人参、青ねぎ	鰹だし、しょう油
21	昼食	かゆ	全がゆ(精白米)			
金		白身魚(たい)のほぐし煮		白身魚		しょう油
		野菜の軟らか煮			大根、玉ねぎ、人参	昆布
		野菜ス一プ(離)				
	午後おやつ	かゆ	全がゆ(精白米)			
		豆腐の野菜あんかけ	三温糖、片栗粉	豆腐	玉ねぎ、大根、人参、青ねぎ	鰹だし、しょう 油
25	昼食	かゆ	全がゆ(精白米)			
火		豆腐の軟らか煮		豆腐		しょう油、昆布
		野菜の軟らか煮			大根、小松菜、人参	昆布
		野菜ス一プ(離)				
	午後おやつ	しらすかゆ	全がゆ(精白米)	ちりめんじゃこ	人参	
		離乳食 みそ汁		みそ	大根、きゃべつ、人参、青ねぎ	鰹だし
		みかん			みかん	
	昼食	かゆ	全がゆ(精白米)			
水		白身魚(かれい)のほぐし煮		白身魚		しょう油
		野菜の軟らか煮			きゃべつ、きゅうり、人参	昆布
		野菜スープ(離)				
	午後おやつ	きなこがゆ	全がゆ(精白米)、さつま芋	きな粉		
		野菜のスープ煮			かぼちゃ、玉ねぎ、人参、青ねぎ	鰹だし、塩、しょう油(淡)
27	昼食	かゆ	全がゆ(精白米)			
		しらす煮		しらす干し	きゃべつ	
			じゃが芋		人参	昆布
		野菜スープ(離)	A 18,4 /det 4			
	午後おやつ	かゆ	全がゆ(精白米)	= #		450 LS1 1 L
0.7		豆腐の野菜のあんかけ	三温糖、片栗粉	豆腐	玉ねぎ、人参、きゃべつ	鰹だし、しょう油
金 金 *	昼食	かゆ	全がゆ(精白米)	+ = 7		, , ~ , _
		白身魚(たい)のほぐし煮		白身魚	tu 0- 440# 14	しょう油
		野菜の軟らか煮			きゃべつ、小松菜、人参	昆布
	F 64 1- 11 -	野菜スープ(離)	ムぶ あ / 煙 ム ツ \			
	午後おやつ	かゆ	全がゆ(精白米)	三声 2.2	T-+* + +	AFU よく」
		離乳食 みそ汁		豆腐、みそ	玉ねぎ、きゃべつ、人参、青ねぎ	鰹だし

^{*} 都合により給食内容が変更になることがあります。

進め方 この頃は2回食。やわらかな小さなかたまりを舌でつぶして食べるようになります。でも急にかたくしないで少しずつのかたまりに 慣らしていきましょう。豆腐ぐらいの固さで少し大きめのツブツブ状を基本の形にします。味付けはごく薄味です。