

2022年度 9月 離乳食献立表

法光院こども園

《中期》

月	火	水	木	金	土
12・26	13・27	14・28	1・15・29	2・16・30	3・17
<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・人参コトコト煮 ・じゃが芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・10倍粥 ・すまし汁 ・豆腐煮 ・ブロッコリー煮 ・さつま芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・10倍粥 ・すまし汁 ・人参コトコト煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・10倍粥 ・すまし汁 ・たらほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・さつま芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・納豆煮 ・人参コトコト煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りおかゆ ・果物
3時のおやつ					
5	6・20	7・21	8・22	9	10・24
<ul style="list-style-type: none"> ・10倍粥 ・すまし汁 ・人参コトコト煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・10倍粥 ・すまし汁 ・たらほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・さつま芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・10倍粥 ・すまし汁 ・豆腐煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・ブロッコリー煮 ・じゃが芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・10倍粥 ・すまし汁 ・豆腐煮 ・ほうれん草煮 ・さつま芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りおかゆ ・果物
3時のおやつ					

《かつおについて》

春と秋、旬が年に二度も訪れるかつお。脳の働きを活性化させる、脂肪酸であるDHAやEPAが含まれます。また、コレステロールを減らし、疲労回復効果も期待できるタウリンも豊富です。



※保育園行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。