

2022年度 11月 離乳食献立表

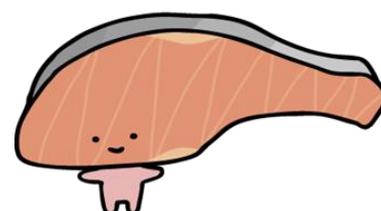
法光院こども園

《後期》

月	火	水	木	金	土
14・28	1・15・29	2・16・30	17	4・18	5・19
・パン ・すまし汁 ・鮭ほぐし煮 ・人参スティック ・かぼちゃ煮 ・果物	・うどん汁 ・豆腐煮 ・ほうれん草煮 ・さつまい煮 ・果物	・おかゆ ・すまし汁 ・納豆煮 ・ブロッコリー煮 ・じゃが芋煮 ・果物	・うどん汁 ・ササミトマト煮 ・人参コトコト煮 ・さつまい煮 ・果物	・おかゆ ・味噌汁 ・鯛ほぐし煮 ・大根柔らか煮 ・かぼちゃ煮 ・果物	・野菜入りおかゆ ・果物
3時のおやつ					
ヨーグルト	お菓子	パンスティック	バナナ	お菓子	お菓子
7・21	8・22	9	10・24	11・25	12・26
・うどん汁 ・鮭ほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・じゃが芋煮 ・果物	・パン ・すまし汁 ・ささみほぐし煮 ・ブロッコリー煮 ・かぼちゃ煮 ・果物	・おかゆ ・すまし汁 ・豆腐煮 ・人参スティック ・さつまい煮 ・果物	・おかゆ ・すまし汁 ・タラほぐし煮 ・ブロッコリー煮 ・かぼちゃ煮 ・果物	・おかゆ ・すまし汁 ・納豆煮 ・ほうれん草煮 ・じゃが芋煮 ・果物	★生活発表会
3時のおやつ					
蒸しかぼちゃ	りんご	ヨーグルト	お菓子	ふかし芋	

《鮭について》

鮭の脂のなかには、EPAやDHAという体に良い脂肪酸が多く含まれています。
 鮭の赤い色素には、体を守る抗酸化作用があるといわれる「アスタキサンチン」が含まれています。老化防止や疲労回復に効果的です。



※こども園の行事・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。

