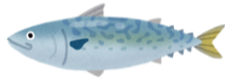




6月9日～6月13日
No. 1146 2025. 6. 6

日	曜日	午前のおやつ	昼食	主な食材	午後おやつ	離乳食（3回食9～11ヶ月）	午後おやつ
9	月	牛乳 りんご	胚芽米入りごはん キャベツのすまし汁 サバの甘酢炒め  人参のゴマ和え	(精白米・胚芽米) (キャベツ・玉葱・しめじ・小葱) (サバ・ピーマン・人参・玉葱) (人参・モヤシ・キュウリ・白ゴマ・かつお節) (カボチャ・片栗粉・レーズン・ケーキマーガリン・牛乳)	牛乳 カボチャの お焼き	軟飯(胚芽米入り) カレイの野菜あんのせ (カレイ・玉葱・人参・ブロッコリー・片栗粉) すまし汁 (玉葱・人参・キャベツ・モヤシ)	ふかし カボチャ
10	火	牛乳 キウイ	卵・乳抜きパン・牛乳  貝だくさんカレーポトフ ワカメとレタスのサラダ	(卵・乳抜きパン)(牛乳) (厚揚げ・ジャガイモ・玉葱・人参・キャベツ・エリンギ・パセリ・カレー粉) (ワカメ・レタス・赤玉葱・人参) (抹茶・ゆで小豆缶・小麦粉)	抹茶小豆 ういろう	スティックパン 貝だくさんポトフ (豆腐・玉葱・人参・ジャガイモ・キャベツ) スープ (玉葱・人参・ワカメ)	おにぎり
11	水	牛乳 メロン	ごはん サトイモのすまし汁 トマトの卵とじ  ヒジキサラダ	(精白米) (サトイモ・玉葱・エノキ・小葱) (トマト・鶏卵・鶏肉・玉葱・三つ葉) (ヒジキ・人参・ゴボウ・ツナ・コーン缶) (りんご・クラッカー・牛乳)	牛乳 りんごジャム カナッペ	軟飯 卵焼き・野菜の煮物 (全卵)(玉葱・人参・トマト) すまし汁 (玉葱・人参・サトイモ)	リンゴの コンポート
12	木	牛乳 りんご	胚芽米入りごはん 揚げナスのみそ汁 レンコンと梅の鶏ミンチ焼き コンニャクの炒り煮	(精白米・ちりめんじゃこ・ワカメ・ふりかけ・白ゴマ) (ナス・玉葱・エノキ・小葱・味噌) (レンコン・鶏肉・玉葱・豆腐・椎茸・生姜・小松菜) (板コンニャク・人参・しめじ) (こんぶ・スイカ・牛乳)		牛乳 こんぶ スイカ 軟飯(胚芽米入り) 野菜の鶏ミンチ蒸し (鶏肉・豆腐・玉葱・人参・小松菜) みそ汁 (玉葱・人参・ナス・味噌)	赤ちゃん せんべい
13	金	牛乳 メロン	磯部ごはん 長芋のすまし汁 ズッキーニのそぼろ煮  小松菜の甘カツオ和え	(精白米・青のり・白ゴマ) (長芋・玉葱・しめじ・三つ葉) (ズッキーニ・豚肉・玉葱・マイタケ・チンゲン菜) (小松菜・モヤシ・人参・板コンニャク・かつお節) (コーンスターチ・バニラオイル・黒糖・牛乳)	牛乳 ブラマンジェ 黒糖ソース	軟飯 豚肉と野菜の煮物 (豚肉・玉葱・人参・チンゲン菜) すまし汁 (玉葱・人参・長芋・モヤシ・小松菜)	牛乳 三ツ 温・ク 糖片ゼ ー・栗 粉



3歳未満児	エネルギー	たんぱく質	脂質	3歳以上児	エネルギー	たんぱく質	脂質
	429kcal	17g	12g		501kcal	20g	15g

