



4月離乳食献立表



H25.4.1

たかさご保育園キッチン

日	曜	1回食期 (10:00~)	2~3回食期 午前 (10:00~)	完了食期 (10:30~)	2~3回食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:30~)
1 15	月	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、じゃがいも) 味噌汁	かゆ、肉じゃが (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも) 味噌汁(豆腐、大根、長ねぎ)	軟飯 肉じゃが、味噌汁 魚のいそげ揚げ	かゆ、りんごの甘煮(りんご) しらす入りスープ (しらす、人参、大根、長ねぎ)	しらす雑炊 牛乳、果物
2、16 30	火	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、きゃべつ) 野菜スープ	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、きゃべつ) 野菜スープ(人参、えのき、もやし)	軟飯 野菜スープ ひき肉と野菜の煮物 銀ごらの煮付け	じゃがいものトマト煮 (生鮭、トマト、人参、玉ねぎ、じゃがいも) 野菜スープ(大根、長ねぎ)	じゃがいものトマト煮 牛乳、果物
3 17	水	かゆ 煮魚、煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(人参、ほうれん草) 味噌汁(玉ねぎ、大根)	軟飯 煮魚 煮ひたし、味噌汁 さつまいもの天ぷら	かゆ、さつまいもの甘煮(さつまいも) かじき入りスープ (かじき、人参、大根、長ねぎ)	かじき雑炊 牛乳、果物
4 18	木	かゆ、煮魚 さつまいもの甘煮 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) さつまいもの甘煮(さつまいも) 味噌汁(人参、玉ねぎ)	軟飯 煮魚 さつまいもの甘煮 味噌汁、煮豆	かゆ、野菜の煮物(大根、きゃべつ) 洋風スープ (生鮭、人参、玉ねぎ、ピーマン)	洋風雑炊 牛乳、果物
5 19	金	かゆ 煮魚、煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(人参、きゃべつ) 味噌汁(じゃがいも、玉ねぎ)	軟飯 煮魚 煮ひたし、味噌汁 マカロニのケチャップ煮	かゆ、煮魚(かじき) 野菜スープ (人参、大根、長ねぎ)	おかか雑炊 牛乳、果物
6 20	土	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、さつまいも) 味噌汁	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、さつまいも) 味噌汁(人参、大根)	軟飯、味噌汁 ひき肉と野菜の煮物 スティックチーズ	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、きゃべつ)	野菜雑炊 牛乳
8 22	月	かゆ 豆腐と野菜の煮物 味噌汁	かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、人参、大根、小松菜) 味噌汁(人参、玉ねぎ)	軟飯、味噌汁 豆腐と野菜の煮物 じゃがいもの甘煮	かゆ、じゃがいもの甘煮(じゃがいも) たら入りスープ (たら、人参、大根、長ねぎ)	たら雑炊 牛乳、果物
9 23	火	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、きゃべつ、もやし) 味噌汁	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、きゃべつ、もやし) 味噌汁(大根、長ねぎ)	軟飯、味噌汁 ひき肉と野菜の煮物 鮭のバター焼き	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜スープ (かぼちゃ、人参、大根、長ねぎ)	かぼちゃ雑炊 牛乳、果物
10 24	水	かゆ 魚のホイル蒸し 味噌汁	かゆ、魚のホイル蒸し (白身魚、人参、玉ねぎ、えのき) 味噌汁(人参、さつまいも)	軟飯、味噌汁 魚のホイル蒸し はすの天ぷら	かゆ、煮ひたし(きゃべつ、もやし) 鮭入りスープ (生鮭、人参、大根、長ねぎ)	鮭雑炊 牛乳、果物
11 25	木	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 野菜の煮物(人参、大根) 味噌汁(玉ねぎ、わかめ)	軟飯 煮魚 野菜の煮物、味噌汁 さつまいものバター煮	かゆ、さつまいもの甘煮(さつまいも) 野菜スープ (鶏ひき肉、人参、大根、長ねぎ)	鶏そぼろ雑炊 牛乳、果物
12	金	かゆ、煮魚 野菜の煮物 コーンスープ	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、きゃべつ、しいたけ) コーンスープ(人参、玉ねぎ、クリームコーン)	軟飯 コーンスープ 煮魚、野菜の煮物 マッシュポテト	かゆ、じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 味噌汁 (かじき、人参、大根、長ねぎ)	味噌雑炊 牛乳、果物
13 27	土	かゆ 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、野菜の煮物 (人参、大根、玉ねぎ、かぼちゃ) 味噌汁(きゃべつ、玉ねぎ)	軟飯、味噌汁 野菜の煮物 煮魚(かれい)	野菜雑炊 (人参、大根、玉ねぎ)	野菜雑炊 牛乳
26	金	かゆ、野菜の煮物 (人参、大根、玉ねぎ) 味噌汁	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、大根、玉ねぎ) 味噌汁(きゃべつ、長ねぎ)	軟飯、味噌汁 ひき肉と野菜の煮物 煮魚(かじき)	かゆ、野菜の煮物(人参、じゃがいも) 味噌汁 (かじき、人参、大根、長ねぎ)	味噌雑炊 牛乳、果物

※都合により材料が変更になる場合があります。

※初期食のメニューは、かゆ、汁物となります。汁物の材料は2~3回食と同じです。(豆腐は除く)

☆保育園生活がスタートしました☆

一人一人の健やかな成長を願って離乳食作りをしていきたいと思ひます。

離乳食の進みには個人差があります。その子のリズム、発育、発達を見守りながら負担のないように心がけていきたいと思ひます。

一年間よろしくお願ひ致します。



キッチン一同