



# 4月離乳食献立表



H27.4.1

たかさご保育園キッチン

日	曜	1回食期 (10:00~)	2回食期 午前 (10:00~)	完了食期 昼食 (10:15~)	2回食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:15~)
15	水	かゆ、煮魚 かぼちやの煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) かぼちやの煮物(かぼちや) 味噌汁(大根、人参)	軟飯、煮魚、かぼちやの煮物 大根と油揚げの味噌汁 はすの天ぷら	かゆ、豆腐の煮物(豆腐) 野菜スープ (人参、大根、長ねぎ)	おかゆ雑炊 牛乳、果物
16 30	木	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(豆腐、長ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし 豆腐とえのきの味噌汁 さつまいもとりんごの夕煮	かゆ、さつまいもの煮物(さつまいも) たら入りスープ (たら、人参、大根、長ねぎ)	たら雑炊 牛乳、果物
17	金	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、じゃがいも) 味噌汁(かぶ、ほうれん草)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 かぶの味噌汁 豚肉の立田揚げ	かゆ、大根の煮物(大根) 洋風スープ (生鮭、人参、玉ねぎ、ピーマン)	洋風雑炊 牛乳、果物
18	土	かゆ、煮魚 かぼちやの甘煮 野菜スープ	かゆ、煮魚(かゆい) かぼちやの甘煮(かぼちや) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、大根)	軟飯、煮魚、かぼちやの甘煮 玉ねぎとベーコンのスープ 人参の甘煮	野菜雑炊 (人参、大根、かぼちや)	野菜雑炊 牛乳
20	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(きゃべつ、大根)	軟飯、肉じゃが キャベツの味噌汁 魚のいそべ揚げ	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜スープ (かぼちや、人参、大根、長ねぎ)	かぼちや雑炊 牛乳、果物
21	火	かゆ、煮魚 おかゆ煮 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) おかゆ煮(きゃべつ、もやし) 味噌汁(人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、おかゆ煮 大根と人参の味噌汁 ウインナーソーテー	かゆ、野菜の煮物(玉ねぎ、じゃがいも) 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
8	水	かゆ、煮魚 じゃがいもの煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) じゃがいもの煮物(じゃがいも) 味噌汁(玉ねぎ、わかめ)	軟飯、煮魚、じゃがいもの煮物 玉ねぎの味噌汁 マカロニのケチャップ煮	かゆ、煮ひたし(人参、キャベツ) 野菜スープ (鶏ひき肉、人参、大根、長ねぎ)	鶏さぼろ雑炊 牛乳、果物
23	木	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、玉ねぎ、チンゲン菜) 味噌汁(大根、長ねぎ)	軟飯、豆腐のすまし汁 豆腐と野菜の煮物 さつまいものバター煮	かゆ、さつまいもの煮物(さつまいも) 鮭入りスープ (生鮭、人参、大根、長ねぎ)	鮭雑炊 牛乳、果物
24	金	かゆ、野菜の煮物 (人参、しいたけ、きゃべつ) 味噌汁	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、しいたけ、きゃべつ) 味噌汁(人参、えのき、もやし)	軟飯、ひき肉と野菜の煮物 えのきともやしの野菜スープ ジャーマンポテト	かゆ、じゃがいもの煮物(じゃがいも) 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
25	土	かゆ、煮魚 さつまいもの煮物 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) さつまいもの煮物(さつまいも) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、しいたけ)	軟飯、煮魚 さつまいもの煮物、もやしのスープ スティックチーズ	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、さつまいも)	野菜雑炊 牛乳
27	月	かゆ、煮魚 野菜の煮物 わかめスープ	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、じゃがいも) わかめスープ(わかめ、玉ねぎ、大根)	軟飯、煮魚 野菜の煮物、わかめスープ りんごのコンポート	かゆ、りんごの甘煮(りんご) 味噌汁 (かじき、人参、大根、長ねぎ)	味噌雑炊 牛乳、果物
28	火	かゆ、野菜の煮物 (人参、大根、玉ねぎ) 野菜スープ	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、大根、玉ねぎ) 野菜スープ(人参、じゃがいも、玉ねぎ)	軟飯、春雨スープ ひき肉と野菜の煮物 煮魚	じゃがいものトマト煮 (生鮭、人参、玉ねぎ、トマト、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
22	水	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(人参、玉ねぎ、わかめ)	軟飯、煮魚、煮ひたし 野菜入りわかめスープ かぼちやの甘煮	かゆ、かぼちやの煮物(かぼちや) 野菜スープ (鶏ひき肉、人参、大根、長ねぎ)	鶏さぼろ雑炊 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)

保育園生活が始まりました

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。

