



4月離乳食献立表



H28、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 (10:15~)	3回食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:15~)
1 15	金	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 野菜の煮物(春雨、人参、玉ねぎ) 味噌汁(大根、長ねぎ)	軟飯、煮魚 野菜の煮物、味噌汁 じゃがいものバター煮	かゆ、じゃがいもの甘煮(じゃがいも) たら入りスープ (大根、人参、長ねぎ、たら)	たら雑炊 牛乳、果物
2,16 30	土	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、さつまいも) 野菜スープ	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、さつまいも) 野菜スープ(キャベツ、玉ねぎ、人参)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 野菜スープ 煮魚	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、キャベツ、さつまいも)	野菜雑炊 牛乳
4 18	月	かゆ、煮魚 ゆで野菜 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) ゆで野菜(キャベツ、人参) 味噌汁(豆腐、わかめ、長ねぎ)	軟飯、煮魚 ゆで野菜、味噌汁 かき揚げ	かゆ、スティック野菜(大根、人参) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、ピーマン、生鮭)	洋風雑炊 牛乳、果物
5 19	火	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、じゃがいも) 野菜スープ	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、キャベツ)	軟飯、豚ひき肉と野菜の煮物 野菜スープ 煮魚	かゆ、煮魚(かじき) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ)	おかか雑炊 牛乳、果物
6 20	水	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、椎茸) 味噌汁(かぶ、かぶの葉)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 味噌汁 ゆでブロッコリー	かゆ、ゆでブロッコリー(ブロッコリー) しらす入りスープ (大根、人参、長ねぎ、しらす)	しらす雑炊 牛乳、果物
7 21	木	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(小松菜、人参、ひじき) 味噌汁(さつまいも、人参)	軟飯、煮魚 煮ひたし、味噌汁 豚肉の竜田揚げ	かゆ、スティックポテト(じゃがいも) かじき入りスープ (大根、人参、長ねぎ、かじき)	かじき雑炊 牛乳、果物
8 22	金	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(大根、じゃがいも) わかめスープ(わかめ、人参、長ねぎ)	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) 鮭入りスープ (大根、人参、長ねぎ、生鮭)	鮭雑炊 牛乳、果物
9 23	土	かゆ、煮魚 かぼちゃの甘煮 コーンスープ	かゆ、煮魚(白身魚) かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) コーンスープ(クリームコーン、人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚 かぼちゃの甘煮、コーンスープ スティックチーズ	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、かぼちゃ)	野菜雑炊 牛乳
11 25	月	かゆ、煮魚 煮ひたし すまし汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(ほうれんそう、人参) すまし汁(豆腐、えのき、長ねぎ)	軟飯、煮魚 煮ひたし、すまし汁 マカロニのケチャップ煮	かゆ、さつまいもの甘煮(さつまいも) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、かじき)	味噌雑炊 牛乳、果物
12 26	火	かゆ、野菜の煮物 (人参、キャベツ、さつまいも) 味噌汁	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、キャベツ、さつまいも) 味噌汁(玉ねぎ、わかめ)	軟飯、味噌汁 豚ひき肉と野菜の煮物 ウインナーソテー	じゃがいものトマト煮 (じゃがいも、人参、玉ねぎ、トマト、生鮭) 野菜スープ(大根、長ねぎ)	じゃがいもの トマト煮 牛乳、果物
13 27	水	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、じゃがいも) 味噌汁(キャベツ、長ねぎ)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 味噌汁 はすの天ぷら	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、かぼちゃ)	かぼちゃ雑炊 牛乳、果物
14	木	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(大根、玉ねぎ、わかめ) 味噌汁(かぼちゃ、人参)	軟飯、煮魚 野菜の煮物、味噌汁 煮豆	かゆ、煮ひたし(人参、玉ねぎ) 野菜スープ (鶏ひき肉、大根、人参、長ねぎ)	鶏そぼろ雑炊 牛乳、果物
28	木	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(キャベツ、人参) 味噌汁(じゃがいも、長ねぎ)	軟飯、煮魚 煮ひたし、味噌汁 大根の甘煮	かゆ、大根の甘煮(大根) 野菜スープ (鶏ひき肉、大根、人参、長ねぎ)	鶏そぼろ雑炊 牛乳、果物

※都合により材料が異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。(豆腐以外)

☆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すすめていきたいと思ひます。

一年間よろしくお願ひします。



キッチン一同♪