



4月離乳食献立表



2019. 4. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	前期食期 (10:00~)	中期~後期食期 午前 (10:00~)	完了食期 (10:30~)	中期~後期食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:30~)
1 15	月	かゆ、煮魚 煮浸し すまし汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮浸し(ほうれんそう、人参) すまし汁(豆腐、えのき、長ねぎ)	軟飯、煮魚、煮浸し 豆腐とえのきのすまし汁 マカロニのケチャップ煮		
2 16	火	かゆ、煮魚 煮浸し 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮浸し(キャベツ、人参) 味噌汁(玉ねぎ、わかめ)	軟飯、煮魚、煮浸し 玉ねぎの味噌汁 ウインナーソテー		
3 17	水	かゆ、野菜の煮物 (キャベツ、人参、玉 ねぎ) 野菜スープ	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、キャベツ、人参、玉ねぎ) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、大根)	軟飯、野菜スープ 鶏ひき肉と野菜の煮物 はすの天ぷら		
4 18	木	かゆ、煮魚 じゃがいもの甘煮 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 味噌汁(大根、人参)	軟飯、煮魚、じゃがいも の甘煮 大根と人参の味噌汁 りんごの甘煮		
5 19	金	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、大根) 味噌汁(キャベツ、長ねぎ)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 キャベツと油揚げの味噌 汁 煮豆		
6 20	土	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、プロ ッコリー) 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、ブロッ コリー) 野菜スープ(じゃがいも、人参、玉ね ぎ)	軟飯 鶏ひき肉と野菜の煮物 ポテトスープ 煮魚		
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、玉ねぎ、しめじ) 味噌汁(大根、わかめ)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 大根の味噌汁 じゃがいもの甘煮		
9 23	火	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、キャ ベツ) 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、キャベツ) 野菜スープ(もやし、人参、しいたけ)	軟飯、もやしのスープ 豚ひき肉と野菜の煮物 煮魚		
10 24	水	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、人参) わかめスープ(わかめ、長ねぎ、玉ね ぎ)	軟飯、わかめスープ 煮魚、野菜の煮物 ゆでブロッコリー		
11 25	木	かゆ、煮魚 煮浸し 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮浸し(ひじき、人参、小松菜) 味噌汁(玉ねぎ、人参)	かゆ、煮魚 煮浸し 味噌汁		
12	金	かゆ、煮魚 煮浸し 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮浸し(人参、玉ねぎ) 味噌汁(キャベツ、人参)	かゆ、煮魚 煮浸し 味噌汁		
13 27	土	かゆ、煮魚 さつまいもの甘煮 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) さつまいもの甘煮(さつまいも) 野菜スープ(えのき、もやし、人参)	かゆ、煮魚 さつまいもの甘煮 野菜スープ		
26	金	かゆ、煮魚 じゃがいもの甘煮 すまし汁	かゆ、煮魚(白身魚) じゃがいもの甘煮(じゃがいも) すまし汁(大根、玉ねぎ、長ねぎ)	かゆ、煮魚 じゃがいもの甘煮 すまし汁		

※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。汁物の材料は中期～後期食と同じです。(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に心がけ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♪