



4月離乳食献立表



2021. 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~)	中期~後期食期 午後 (14:00~)
1 15	木	かゆ、煮魚 煮ひたし すまし汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(ほうれん草、玉ねぎ) すまし汁(人参、長ねぎ)	かゆ、野菜の煮物(人参、玉ねぎ) しらす入りスープ (大根、人参、長ねぎ、しらす)
2,16 30	金	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、キャベツ) 味噌汁	かゆ、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、キャベツ) 味噌汁(大根、わかめ)	かゆ、スティック野菜(大根) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、ピーマン、生鮭)
3 17	土	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、ブロッコリー) 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)	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、ブロッコリー)
5 19	月	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 野菜の煮物(小松菜、人参) 味噌汁(玉ねぎ、人参)	かゆ、かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) かじき入りスープ (大根、人参、長ねぎ、かじき)
6 20	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、鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも) 野菜スープ(キャベツ、人参、玉ねぎ)	かゆ、ゆでブロッコリー(ブロッコリー) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、白身魚)
7 21	水	かゆ 豆腐と野菜の煮物 野菜スープ	かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、人参、玉ねぎ) 野菜スープ(青梗菜、人参、長ねぎ)	かゆ、スティックポテト(じゃがいも) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、生鮭)
8 22	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(人参、大根) 味噌汁(キャベツ、玉ねぎ)	かゆ、豆腐の煮物(豆腐) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、玉ねぎ)
9	金	かゆ 白身魚のホイル蒸し 野菜スープ	かゆ、白身魚のホイル蒸し (白身魚、人参、玉ねぎ、ピーマン) 野菜スープ(もやし、人参、椎茸)	かゆ、スティック野菜(人参) 味噌汁 (大根、玉ねぎ、長ねぎ、かじき)
10 24	土	かゆ、煮魚 かぼちゃの甘煮 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) 味噌汁(大根、人参)	野菜雑炊 (大根、キャベツ、人参、玉ねぎ)
12 26	月	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) 味噌汁(かぶ、かぶの葉、玉ねぎ)	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)
13 27	火	かゆ、煮魚 野菜の煮物 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(キャベツ、人参) 野菜スープ(えのき、もやし、玉ねぎ)	かゆ、さつまいもの甘煮(さつまいも) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、鶏ひき肉)
14 28	水	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、人参) 味噌汁(じゃがいも、長ねぎ)	かゆ、スティックアスパラ(アスパラ) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、玉ねぎ)
23	金	かゆ、煮魚 煮ひたし 野菜スープ	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(キャベツ、もやし) 野菜スープ(ほうれん草、人参、玉ねぎ)	かゆ、じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、かじき)

※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します。

キッチン一同♪

