

4月離乳食献立表



2023. 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 (10:15~)	中期~後期食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:30~)
1,15 29	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(キャベツ、人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、さつまいもの甘煮 玉ねぎとベーコンのスープ スティックチーズ	野菜雑炊 (キャベツ、人参、玉ねぎ)	野菜雑炊 牛乳
3 17	月	かゆ、野菜の煮物 (キャベツ、人参、玉ねぎ) わかめスープ	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) わかめスープ(わかめ、長ねぎ、大根)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 わかめスープ 生鮭のバター焼き	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)	洋風雑炊 牛乳、果物
4 18	火	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(大根、わかめ)	軟飯、煮魚(かじき) 煮ひたし、さつまいものバター煮 大根の味噌汁	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
5 19	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、大根) 味噌汁(かぶ、長ねぎ)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 かぶとなめこの味噌汁 ウインナーソーテー	かゆ、煮ひたし(しめじ、人参) 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
6 20	木	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(ほうれん草、人参) 味噌汁(大根、長ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし 豆腐とえのきの味噌汁 かぼちゃの天ぷら	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)	かじき雑炊 牛乳、果物
7 21	金	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、じゃがいも) 味噌汁	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) 味噌汁(キャベツ、玉ねぎ)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 キャベツと油揚げの味噌汁 かき揚げ	かゆ、煮ひたし(人参、玉ねぎ) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、白身魚)	白身魚雑炊 牛乳、果物
8 22	土	かゆ、煮魚 かぼちゃの甘煮 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) 野菜スープ(キャベツ、人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、かぼちゃの甘煮 野菜スープ スティックチーズ	野菜雑炊 (キャベツ、人参、玉ねぎ、かぼちゃ)	野菜雑炊 牛乳
10 24	月	かゆ、煮魚 野菜の煮物 野菜スープ	かゆ、煮魚(生鮭) 野菜の煮物(大根、人参) 野菜スープ(もやし、人参、玉ねぎ、人参)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 豆腐のスープ ジャーマンポテト	かゆ、野菜の煮物(じゃがいも、玉ねぎ) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、かじき)	味噌雑炊 牛乳、果物
11 25	火	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(人参、玉ねぎ、もやし)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 えのきともやしの野菜スープ 大根の甘煮	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
12 26	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、わかめ、長ねぎ) 味噌汁(玉ねぎ、人参)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 玉ねぎと人参の味噌汁 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) たら入りスープ (大根、人参、長ねぎ、たら)	たら雑炊 牛乳、果物
13 27	木	かゆ、煮魚 じゃがいもの甘煮 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 野菜スープ(キャベツ、人参、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、じゃがいもの甘煮 野菜スープ りんごのコンポート	かゆ、煮ひたし(キャベツ、人参) 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
14 28	金	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(かぼちゃ、人参)	軟飯、煮魚、煮ひたし かぼちゃの味噌汁 ブロッコリーソーテー	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、さつまいも)	さつまいも 雑炊 牛乳、果物

- ・都合により、メニュー、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、中期~後期食と同じです。(豆腐を除く)
- ・今月の果物(完了食)は、甘夏、清見オレンジ、りんごなどのローテーションとなります。



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ます。

一年間よろしくお願ひします。

キッチン一同