

4月離乳食献立表



2024. 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	月	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(おひょう) 煮ひたし(小松菜、人参) 味噌汁	軟飯、煮魚、煮ひたし キャベツと油揚げの味噌汁 ジャーマンポテト	かゆ、野菜の煮物(じゃがいも、玉ねぎ) 鮭入りスープ (大根、人参、長ねぎ、生鮭)	鮭雑炊 牛乳
2,16 30	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(人参、玉ねぎ、キャベツ)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 野菜スープ 魚のいそげ揚げ	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
3 17	水	かゆ、煮魚 煮ひたし すまし汁	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(ほうれん草、人参) すまし汁(大根、長ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし 沢煮椀 マカロニのケチャップ煮	かゆ、煮ひたし(人参、玉ねぎ) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、鶏ひき肉)	鶏そぼろ雑炊 牛乳
4 18	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、大根) 味噌汁(じゃがいも、長ねぎ)	軟飯、豆腐と野菜の煮物 じゃがいもの味噌汁 りんごのコンポート	かゆ、煮ひたし(人参、しめじ) 野菜スープ (玉ねぎ、大根、長ねぎ、白身魚)	白身魚雑炊 牛乳
5 19	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(大根、玉ねぎ)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 大根と油揚げの味噌汁 煮豆	かゆ、スティック野菜(大根) かじき入りスープ (人参、玉ねぎ、長ねぎ、かじき)	かじき雑炊 牛乳
6 20	土	かゆ、煮魚 かぼちゃの甘煮 味噌汁	かゆ、煮魚(おひょう) かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) 味噌汁(大根、人参)	軟飯、煮魚、かぼちゃの甘煮 大根と人参の味噌汁 スティックチーズ	野菜雑炊 (大根、人参、玉ねぎ、かぼちゃ)	野菜雑炊 牛乳
8 22	月	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、キャベツ) わかめスープ	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) わかめスープ(わかめ、人参、玉ねぎ)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 野菜入りわかめスープ 魚の立田揚げ	かゆ、煮魚(おひょう) 野菜スープ (大根、人参、玉ねぎ、長ねぎ)	野菜雑炊 牛乳
9 23	火	かゆ 魚のホイル蒸し 野菜スープ	かゆ、魚のホイル蒸し (おひょう、人参、玉ねぎ、ピーマン) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、キャベツ)	軟飯、魚のホイル蒸し 野菜スープ さつまいもとりんごのバター煮	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
10	水	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(大根、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 ブロッコリーマヨネーズかけ	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
11 25	木	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(おひょう) 煮ひたし(ほうれん草、人参) 味噌汁(キャベツ、わかめ)	軟飯、煮魚、煮豆 キャベツの味噌汁 ほうれん草としらすのソテー	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
12 26	金	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、キャベツ) 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、キャベツ) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、もやし)	軟飯、鶏ひき肉と野菜の煮物 えのきともやしの野菜スープ 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) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、ピーマン、生鮭)	洋風雑炊 牛乳
13 27	土	かゆ、煮魚 じゃがいもの煮付け 野菜スープ	かゆ、煮魚(おひょう) じゃがいもの煮付け(じゃがいも) 野菜スープ(キャベツ、玉ねぎ、人参)	軟飯、煮魚、じゃがいもの煮付け キャベツと玉ねぎのスープ スティックチーズ	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、キャベツ)	野菜雑炊 牛乳
24	水	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(キャベツ、人参) 味噌汁(大根、長ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし あさりの味噌汁 ブロッコリーマヨネーズかけ	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

・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)

・10、24日(水)完了食のブロッコリーマヨネーズかけのマヨネーズは卵なしマヨネーズを使用します。

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ます。

一年間よろしくお願ひします。



キッチン一同