

4月分 離乳食予定献立表（離乳後期）

日	曜日	おひる	間 食		主な材料			
			10時頃	3時頃	熱や力になる	体をつくる	体の調子を整える	
1	15	水	おかゆ 鶏団子の煮物 小松菜のだし煮 具だくさん味噌汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク じゃが芋のそぼろ煮 オレンジ	米 片栗粉 砂糖 麩 じゃが芋	粉ミルク 鶏ひき肉 みそ	玉葱 小松菜 人参 オレンジ
2	16 30	木	おかがかゆ 煮込みハンバーグ 野菜の煮びたし 大根のスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク バナナ 菓子	米 片栗粉 油 砂糖 麩	粉ミルク かつお節 豚ひき肉 豆腐	チンゲン菜 人参 大根 バナナ
3	17	金	あんかけうどん 白身魚のムニエル 刻みトマト ミルク	ミルク 菓子	ミルク そぼろがゆ オレンジ	乾麺 片栗粉 小麦粉 油 米 砂糖	粉ミルク 鶏ひき肉 白身魚	大根 人参 小松菜 トマト オレンジ
4	18	土	やわらかチャーハン じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の味噌汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク 菓子	米 油 じゃが芋 砂糖	粉ミルク ツナ缶 鶏ささみ肉 みそ 豆腐	人参 玉葱 ほうれん草
6	20	月	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 チンゲン菜のだし煮 大根の味噌汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク バナナヨーグルト	米 砂糖 片栗粉 麩	粉ミルク 豆腐 鶏ひき肉 みそ ヨーグルト	玉葱 チンゲン菜 人参 大根 葱 バナナ
7	21	火	中華風うどん じゃが芋のツナ煮 スティックきゅうり ミルク	ミルク 菓子	ミルク しらすがゆ オレンジ	乾麺 じゃが芋 砂糖 米	粉ミルク 豚ひき肉 ツナ缶 しらす干し	キャベツ 人参 きゅうり オレンジ
8	22	水	おかゆ 白身魚の和風ステーキ ひじきの煮物 大根のすまし汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク スープ焼きうどん	米 砂糖 小麦粉 油 乾麺	粉ミルク 白身魚 豆腐 豚ひき肉	人参 いんげん 大根 葱 キャベツ 干ひじき
9	23	木	おかゆ 肉じゃが ささみ入りナムル 人参のすまし汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク 豆腐入りケーキ	米 じゃが芋 砂糖 片栗粉 小麦粉 油	粉ミルク 豚ひき肉 鶏ささみ肉 豆腐	人参 玉葱 きゅうり 葱
10	24	金	豆腐あんかけがゆ 小松菜のツナ煮 わかめのスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク プレーンクッキー オレンジ	米 油 砂糖 片栗粉 小麦粉	粉ミルク 豚ひき肉 豆腐 ツナ缶	玉葱 小松菜 人参 オレンジ 干わかめ
11	25	土	おかがかゆ 鶏肉と野菜のソテー煮 南瓜の甘煮 かぶのスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク 菓子	米 油 砂糖	粉ミルク かつお節 鶏ささみ肉	チンゲン菜 キャベツ 人参 南瓜 かぶ かぶの葉
13	27	月	おかゆ 白身魚の照り煮 切干大根の煮物 小松菜の味噌汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク プレーンクッキー オレンジ	米 砂糖 小麦粉 油	粉ミルク 白身魚 みそ	切干大根 人参 小松菜 キャベツ オレンジ
14	28	火	おかゆ 鶏肉とキャベツの味噌煮 さつまい芋の甘煮 春雨スープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク プレーンヨーグルト 菓子	米 油 砂糖 片栗粉 さつまい芋 春雨	粉ミルク 鶏ひき肉 みそ 豆腐 ヨーグルト	キャベツ 玉葱 人参 白菜

今月の平均栄養価 エネルギー385kcal たんぱく質12.2g

《旬の食材》 春キャベツ 新玉葱 アスパラガス スナップエンドウ しらす干し さわら たけのこ 新ごぼう など
(すべての食材を給食で使用しているわけではありません。)

延長保育では、麦茶と菓子を提供します。

献立の内容は、園の行事等により変更させていただくことがあります。