



保育園離乳食献立表(0歳児)

2021年 4月分



日付	9~11カ月頃(適宜刻む)			7~8カ月頃(適宜つぶす)	
	朝の補食	お昼ごはん	午後の補食	お昼ごはん	午後の補食
1・15 (木)	ミルク またはお茶 さつまいも	煮込みうどん (うどん・鶏肉・ほうれん草・ねぎ) かぼちゃの甘煮 りんご (鰹だし・味噌・みりん・醤油・食塩・上白糖・バター・薄力粉)	ミルク クッキー	うどんのやわらか煮 ささみ・ほうれん草かぼちゃのとろとろ煮 りんごのすりおろし	ミルク
2 (金)	ミルク またはお茶 にんじん	おにぎり又は固がゆ 鶏のから揚げ(鶏肉・しょうが) ポテトサラダ (じゃが芋・人参・きゅうり) ブロッコリー・ミニトマト オレンジ (ごま・食塩・醤油・料理酒・片栗粉・調合油・マヨドレ・バター)	ミルク すなっ麩 (麩・粉チーズ・青のり)	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) 麩・じゃが芋・人参のとろとろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 	ミルク
3・17 (土)	ミルク またはお茶 麩ラスク	固がゆ すまし汁(わかめ・玉ねぎ) 魚の味噌煮(さば・しょうが) じゃが芋きんぴら (じゃが芋・玉ねぎ・人参) (鰹だし・醤油・食塩・味噌・上白糖・料理酒・調合油)	ミルク チーズ	おかゆ すまし汁(汁のみ) 鮭・じゃが芋の煮つぶし 人参のやわらか煮	ミルク
5・19 (月)	ミルク またはお茶 じゃが芋	固がゆ 野菜のケチャップ煮 (鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・にんにく) ブロッコリー バナナ (バター・薄力粉・スキムミルク・食塩・調合油・ケチャップ・上白糖)	ミルク 麩ラスク	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) ささみ・じゃが芋・玉ねぎのとろとろ煮 つぶしバナナ	ミルク
6・20 (火)	ミルク またはお茶 にんじん	煮込みうどん (うどん・鶏肉・ほうれん草・ねぎ) さつまいものレモン煮 りんご (鰹だし・上白糖・醤油・料理酒・みりん・食塩・バター)	ミルク ツナピラフ (米・ツナ缶・コーン・人参)	うどんのやわらか煮 豆腐・ほうれん草のとろとろ煮 さつまいも・りんごのやわらか煮	ミルク
7・21 (水)	ミルク またはお茶 さつまいも	固がゆ 野菜スープ(玉ねぎ・人参・しめじ) 豚肉のトマト煮 (豚肉・玉ねぎ・ピーマン・にんにく) きゅうりともやしのナムル (食塩・調合油・トマトピューレ・ケチャップ・上白糖・食塩・ごま油・ごま)	ミルク バナナ	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) ささみ・人参・ピーマンのとろとろ煮 きゅうりのすりおろし	ミルク
8・22 (木)	ミルク またはお茶 バナナ	食パン シチュー (豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参) 魚の磯辺ムニエル(鮭・青のり) オレンジ (バター・調合油・薄力粉・牛乳・スキムミルク・食塩・オリーブ油・みりん)	ミルク 炊き込みご飯 又はおじや (米・鶏肉・人参)	パン粥 野菜スープ(汁のみ) 鮭・じゃが芋のとろとろ煮 人参のやわらか煮	ミルク
9・23 (金)	ミルク またはお茶 麩ラスク	固がゆ 味噌汁(豆腐・えのき) 納豆のかき揚げ (納豆・しらす・青のり・玉ねぎ・人参) はるさめの炒め物 (春雨・人参・ピーマン) (煮干しだし・味噌・薄力粉・調合油・ごま油・醤油・料理酒・食塩・ホットケーキミックス・上白糖・バター・牛乳)	ミルク 蒸しパン	おかゆ みそ汁(汁のみ) 豆腐・しらすのとろとろ煮 人参・玉ねぎのやわらか煮	ミルク

保育園離乳食献立表(0歳児)

2021年 4月分



日付	9~11カ月頃			7~8カ月頃	
	朝の補食	お昼ごはん	午後の補食	お昼ごはん	午後の補食
10・24 (土)	ミルク またはお茶 じゃが芋	固がゆ みそ汁(わかめ・麩) 魚のムニエル(カジキ) 肉じゃが <small>(豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース)</small> <small>(煮干しだし・味噌・食塩・薄力粉・調合油・醤油・上白糖・みりん・鰹だし)</small>	ミルク チーズ	おかゆ みそ汁(汁のみ) カジキ・玉ねぎのとろとろ煮 じゃが芋・人参のやわらか煮	ミルク
12・26 (月)	ミルク またはお茶 にんじん	ツナそぼろ丼 <small>(米・ツナ・人参・玉ねぎ・しょうが・いんげん)</small> すまし汁(ほうれん草・人参・麩) 粉ふき芋(じゃが芋) オレンジ <small>(調合油・上白糖・みりん・料理酒・醤油・鰹だし・食塩)</small>	ミルク りんごゼリー <small>(りんごジュース・寒天)</small>	おかゆ すまし汁(汁のみ) 麩・人参・ほうれん草のとろとろ煮 じゃが芋煮つぶし	ミルク
13・27 (火)	ミルク またはお茶 さつま芋	固がゆ 鶏肉のみそ焼き(鶏肉・ごま) ほうれん草のサラダ <small>(ほうれん草・キャベツ・人参・コーン)</small> バナナ <small>(味噌・醤油・みりん・上白糖・米酢・調合油・食塩)</small>	ミルク ジャムサンド <small>(食パン・イチゴジャム)</small>	おかゆ ささみ・キャベツのとろとろ煮 ほうれん草・人参のやわらか煮 つぶしバナナ	ミルク
14・28 (水)	ミルク またはお茶 バナナ	固がゆ みそ汁(大根) 魚のあかね焼き(鮭) 春キャベツのソテー <small>(キャベツ・人参・コーン)</small> <small>(煮干しだし・味噌・調合油・クチャップ・醤油・料理酒・みりん・食塩・上白糖)</small>	ミルク マカロニきなこ <small>(マカロニ・きなこ)</small>	おかゆ みそ汁(汁のみ) 鮭・大根のとろとろ煮 キャベツ・人参のやわらか煮	ミルク
16・30 (金)	ミルク またはお茶 じゃが芋	固がゆ すまし汁(アスパラ・人参・麩) 焼き豆腐の五目煮 <small>(焼き豆腐・玉ねぎ・人参・しいたけ・いんげん・ごま)</small> トマト <small>手作りふりかけ(しらす・鰹節・ごま・青のり)</small> <small>(鰹だし・食塩・醤油・調合油・みりん・上白糖)</small>	ミルク チーズ蒸しパン <small>(ホットケーキミックス・牛乳・チーズ)</small>	おかゆ すまし汁(汁のみ) 豆腐・アスパラ・人参のとろとろ煮 トマトのやわらか煮	ミルク 

*9~11カ月頃の午後の補食は発育の状態に合わせて変更する場合があります ※献立は予告なく変更する場合があります

保育園の給食の様子



食事前には手を洗います



声をかけ噛むことを促します



手づかみで食べることを大切に
“自分で食べたい!”
という気持ちを育てます



食事の準備中には手遊びを
したり、本を読んだりして、
楽しく過ごしています



安全においしく給食を食べられるように
様々な工夫をしています♪

心地良い環境の中で食べる楽しさを感じていけるよう、ご家庭と連携をとりながら
一人ひとりのペースで進めていきたいと思っております。よろしくお願ひいたします。

