



保育園離乳食献立表(0歳児)



2022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 (金)	ミルク またはお茶 にんじん	わかめごはん又はおじや (精白米・わかめ・ごま) かじぎの菊田揚げ(しょうが・にんにく) かぼちゃの甘煮 ブロッコリー・ミニトマト オレンジ (上白糖・醤油・料理酒・片栗粉・調合油・食塩・バター)	ミルク スナック (麩・粉チーズ・青のり)	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) かじぎ・かぼちゃののり煮 ブロッコリーのやわらか煮	ミルク
2・16 (土)	ミルク またはお茶 麩ラスク	固がゆ(精白米) みそ汁(わかめ・麩) かじぎのムニエル 肉じゃが (豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース) (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)	ミルク チーズ	おかゆ みそ汁(汁のみ) かじぎ・じゃが芋ののり煮 人参のやわらか煮	ミルク
4・18 (月)	ミルク またはお茶 さつま芋	固がゆ(精白米) すまし汁(じゃがいも・えのき・わかめ) 豆腐の五目煮 (豆腐・人参・玉ねぎ・しいたけ・グリーンピース・ごま) トマト 手作りふりかけ (しらす・鰹節・ごま・青のり) (鰹だし・醤油・食塩・調合油・みりん・上白糖・牛乳)	ミルク チーズ蒸しパン (ホットケーキミックス・チーズ)	おかゆ すまし汁(汁のみ) しらす・人参・玉ねぎののり煮 トマトのやわらか煮 	ミルク
5・19 (火)	ミルク またはお茶 じゃが芋	煮込みうどん (うどん・鶏肉・ほうれん草・ねぎ) さつま芋のレモン煮 りんご (鰹だし・味噌・みりん・醤油・食塩・上白糖・バター)	ミルク ツナピラフ (精白米・ツナ・コーン・人参)	うどんのやわらか煮 (ほうれん草のせ) 麩・さつま芋ののり煮 りんごのすりおろし	ミルク
6・20 (水)	ミルク またはお茶 にんじん	固がゆ(精白米) 野菜のケチャップ煮 (鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・にんにく) ブロッコリー オレンジ (バター・薄力粉・スキムミルク・食塩・調合油・ソース・ケチャップ・バター・上白糖)	ミルク 麩ラスク	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) 鶏ささみ・人参・玉ねぎののり煮 ブロッコリーのやわらか煮	ミルク
7・21 (木)	ミルク またはお茶 麩ラスク	固がゆ(精白米) 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・トマトピューレ) きゅうりともやしナムル(ごま) (食塩・調合油・ケチャップ・上白糖・ごま油)	ミルク バナナ	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) 鶏ささみ・ピーマン・トマトののり煮 きゅうりのすりおろし	ミルク
8・22 (金)	ミルク またはお茶 さつま芋	ツナそばろ丼 (精白米・ツナ・玉ねぎ・人参・しょうが・グリーンピース) すまし汁(ほうれん草・人参・麩) 粉ふき芋(じゃが芋) りんご (調合油・上白糖・みりん・料理酒・醤油・食塩)	ミルク かぼちゃ棒 (かぼちゃ・ホットケーキミックス)	おかゆ すまし汁(汁のみ) 麩・じゃが芋・人参ののり煮 りんごのすりおろし	ミルク
9・23 (土)	ミルク またはお茶 じゃが芋	ケチャップピラフ (精白米・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・コーン) 野菜スープ(玉ねぎ・わかめ・麩) フライドさつま芋 (ケチャップ・バター・食塩)	ミルク チーズ	おかゆ 野菜スープ(汁のみ) 麩・玉ねぎ・人参ののり煮 さつま芋の煮つぶし	ミルク
11・25 (月)	ミルク またはお茶 にんじん	食パン シチュー (豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参) 鮭の磯辺ムニエル(青のり) オレンジ (調合油・バター・薄力粉・食塩・オリーブ油・みりん・醤油)	ミルク 炊き込みご飯おにぎり 又はおじや (精白米・鶏ひき肉・人参)	パン粥 野菜スープ(汁のみ) 鮭・じゃが芋ののり煮 人参のやわらか煮	ミルク

保育園離乳食献立表(0歳児)

2022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
12・26 (火)	ミルク またはお茶 麩ラスク	固がゆ (精白米) みそ汁 (大根) かじきのあかね焼き 春キャベツのソテー (キャベツ・人参・コーン) <small>(煮干しだし・味噌・調合油・クチャップ・醤油・料理酒・みりん・上白糖・食塩・きなこ)</small>	ミルク マカロニきなこ	おかゆ みそ汁 (汁のみ) かじき・キャベツのとろとろ煮 人参・コーンのやわらか煮	ミルク
13・27 (水)	ミルク またはお茶 じゃが芋	固がゆ (精白米) みそ汁 (豆腐・なめこ・小松菜) 納豆のかき揚げ (ひきわり納豆・玉ねぎ・人参・しらす・青のり) はるさめの酢の物 (春雨・きゅうり・人参・もやし) <small>(煮干しだし・味噌・薄力粉・食塩・調合油・上白糖・米酢・醤油)</small>	ミルク ふかし芋 (さつまいも)	おかゆ みそ汁 (汁のみ) 豆腐・しらすのとろとろ煮 きゅうり・人参のやわらか煮	ミルク
14・28 (木)	ミルク またはお茶 さつまいも	固がゆ (精白米) すまし汁 (アスパラ・人参・麩) 鶏肉のみそ焼き (ごま) ほうれん草のサラダ (ほうれん草・キャベツ・人参・コーン) <small>(鰹だし・醤油・食塩・味噌・みりん・上白糖・米酢・調合油)</small>	ミルク ジャムサンド (食パン・イチゴジャム)	おかゆ すまし汁 (汁のみ) 鶏ささみ・人参のとろとろ煮 ほうれん草・キャベツのやわらか煮	ミルク
30 (土)	ミルク またはお茶 にんじん	固がゆ (精白米) すまし汁 (わかめ・玉ねぎ) かじきのみそ煮 (しょうが) じゃが芋のきんぴら (じゃが芋・玉ねぎ・人参) <small>(鰹だし・醤油・食塩・上白糖・味噌・料理酒・調合油)</small>	ミルク チーズ	おかゆ すまし汁 (汁のみ) かじき・じゃが芋のとろとろ煮 人参のやわらか煮	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 ※赤字のメニューは旬の食材を使用しております ※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

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。よろしくお願いいたします。

~旬食材のお知らせ~

14・28日に旬食材の**アスパラ**を提供します。お楽しみに☺