

2023年 4月 離乳食献立表			給与栄養目標量		今年度 初めての食材		全て	
			月齢	エネルギー				
			9~11ヶ月	325kcal				
日	曜	午前食 午後食	献立名	【中期】 材料名	献立名	【後期】 材料名	エネルギー (kcal)	
10	24	午前食	お粥	米	軟飯	米	355	
			鶏肉と野菜の煮物	鶏肉・人参・さやいんげん・塩・醤油	厚揚げと野菜の煮物	厚揚げ・鶏肉・しめじ・人参・さやいんげん・醤油・塩		
		みそ汁(ほうれん草・玉ねぎ)	ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌・片栗粉	ごぼうのやわらか煮	ごぼう・人参・砂糖・醤油			
		午後食			みそ汁(ほうれん草・玉ねぎ)	ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌		
					プレーンヨーグルト	プレーンヨーグルト		
					コーンフレーク	コーンフレーク		
11	25	午前食	ハン粥	食パン	スティックパン	食パン	320	
			たらとじゃが芋のミルク煮	たら・じゃが芋・ブロッコリー・玉ねぎ・粉ミルク	鮭とじゃが芋のチーズ焼き	鮭・じゃが芋・ブロッコリー・玉ねぎ・牛乳・チーズ		
		トマトスープ	人参・玉ねぎ・トマト缶・砂糖・塩・片栗粉	トマトスープ	人参・玉ねぎ・しめじ・トマト缶・砂糖・塩			
		午後食			りんご	りんご		
					コーン軟飯	米・ホールコーン・塩・ごま		
12	26	午前食	鶏肉と野菜の味噌粥	米・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・味噌・砂糖・醤油	軟飯	米	340	
			すまし汁(チンゲン菜)	チンゲン菜・だし・塩・醤油・片栗粉	豚肉と野菜の味噌炒め	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・サラダ油・味噌・砂糖・醤油		
					もやし・刻みみね	もやし・ほうれん草・人参・塩・醤油		
		午後食			すまし汁(チンゲン菜・しめじ)	チンゲン菜・しめじ・だし・塩・醤油		
					スティックラスク	食パン・マーガリン		
13	27	午前食	鶏粥	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・さやいんげん・だし・砂糖・醤油	鶏肉のあんかけ軟飯	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・さやいんげん・だし・砂糖・醤油・片栗粉	335	
			ブロッコリーの煮物	ブロッコリー・人参・砂糖・醤油	ブロッコリーの和え物	ブロッコリー・えのき・人参・砂糖・醤油		
		みそ汁(大根・わかめ)	大根・わかめ・だし・味噌・片栗粉	みそ汁(大根・わかめ)	大根・わかめ・だし・味噌			
		午後食			チーズ蒸しパン	米粉・砂糖・ベーキングパウダー・牛乳・塩・サラダ油・チーズ		
14	金	午前食	しらすの刻みうどん	うどん・鶏肉・キャベツ・人参・ケチャップ・醤油	豚肉のケチャップうどん	うどん・豚肉・キャベツ・もやし・人参・ケチャップ・醤油	252	
			すまし汁(玉ねぎ・コーン)	玉ねぎ・ホールコーン・だし・醤油・片栗粉	きゅうりとわかめの刻みみね	きゅうり・わかめ・玉ねぎ・しらす・砂糖・塩		
			午後食			すまし汁(玉ねぎ・コーン)		玉ねぎ・ホールコーン・だし・醤油
					バナナ	バナナ		
					赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい		
1	15	午前食	鶏肉と野菜の味噌粥	米・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・味噌・砂糖・醤油	軟飯	米	314	
			すまし汁(チンゲン菜)	チンゲン菜・だし・塩・醤油・片栗粉	豚肉と野菜の味噌炒め	豚肉・キャベツ・玉ねぎ・サラダ油・味噌・砂糖・醤油		
					もやし・刻みみね	もやし・ほうれん草・人参・塩・醤油		
		午後食			すまし汁(チンゲン菜・しめじ)	チンゲン菜・しめじ・だし・塩・醤油		
					赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい		

※毎回、献立と材料を確認の上、園で初めて食べることが無いようお願いいたします。

※1種類の食材を3回以上食べてから保育園で提供できるようになります。

※1日2食食べたなら中期から、1日3食食べてから後期食、お家で補食が始まったら午後食の提供が保育園で可能となります。

※行事や材料などの都合により変更することがございますのでご了承ください。

※だしにはかつお節と昆布を使っています。

※後期の材料に入っている牛乳は料理用であり、飲用ではありません。

