



# 平成30年4月分離乳食献立表



志木市立保育園

日付	曜日	献立名			主な食品群		
		午前 おやつ	午前食	午後食	血や肉をつくるもの 赤群	かや体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群
2	16	月	ヨーグルト 軟飯 鶏そぼろ おかか和え みそ汁	かつお節粥 玉葱と人参スープ 豆腐のステーキ	ヨーグルト、とり肉、削り節、豆腐、みそ	胚芽米、油、砂糖、片栗粉	たまねぎ、しょうが、キャベツ、にんじん、わかめ、ねぎ
3	17	火	ミルクまたは フォロアップミルク 軟飯 大根と挽肉の煮物 浅漬け みそ汁	ツナリゾット すまし汁 バナナ	ミルク、とり肉、みそ、削り節	胚芽米、油、砂糖、じゃがいも	だいこん、にんじん、きゅうり、はくさい、たまねぎ
4	18	水	りんご果汁 軟飯 弁(ミルク)カレー キャベツと苺のサラダ 麦茶	チーズ粥 みそ汁 いちご	とり肉、生クリーム、チーズ	胚芽米、じゃがいも、油、砂糖	りんご果汁、たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、いちご、レタス、きゅうり
5	19	木	ミルクまたは フォロアップミルク 軟飯 ひじきのいり煮 三色酢の物 みそ汁	鶏挽肉粥 スープ 青のりサラダ	ミルク、とり肉、みそ、削り節	胚芽米、油、砂糖、じゃがいも	ひじき、にんじん、ピーマン、きゅうり、もやし、だいこん、たまねぎ、ねぎ、あおのり
6	20	金	ミルクまたは フォロアップミルク 軟飯 鱈のケチャップあえ 浅漬け すまし汁	しらす雑炊 十勝ヨーグルト いちご	ミルク、さわら、豆腐、削り節、ヨーグルト、しらす	胚芽米、片栗粉、油、砂糖	しょうが、たまねぎ、パセリ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、いちご
7	21	土	バナナ 味噌けんちんうどん 胡瓜のやわらか煮 麦茶	パン粥 大根と人参スープ りんご やわらか煮	とり肉、削り節、みそ、牛乳	うどん、さといも、でん粉、食パン	バナナ、にんじん、だいこん、ねぎ、きゅうり、りんご
9	23	月	ヨーグルト 軟飯 鮭の塩焼きルーク わらび草の海苔あえ みそ汁	わかめ粥 煮奴 みかん缶	ヨーグルト、塩鮭、豆腐、みそ、削り節	胚芽米	ほうれんそう、にんじん、もやし、のり、なめこ、ねぎわかめ、みかん缶詰
10	24	火	ミルクまたは フォロアップミルク 軟飯 鶏肉のトマト煮込み 菜果サラダ ジュリアンヌスープ	中華風粥 みそ汁 10日：いちご 24日：白桃缶	ミルク、とり肉、ぶた肉、みそ、削り節	胚芽米、じゃがいも、油、車糖、こめ	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、にんにく、トマト缶詰、きゅうり、レタス、りんご、みかん缶詰、キャベツ、もやし、いちご
11	25	水	りんご果汁 軟飯 鶏肉の柔かつつくね 小松菜のソテー スープ	チーズリゾット すまし汁 バナナ	とり肉、豆腐、チーズ、削り節	胚芽米、油、片栗粉	りんご果汁、たまねぎ、えのきたけ、こまつな、コーン缶詰、にんじん、キャベツ、バナナ
12	26	木	ミルクまたは フォロアップミルク 三色粥 胡瓜のやわらか煮 すまし汁	ツナ粥 スープ スティックチーズ	ミルク、とり肉、削り節、ツナ缶詰	胚芽米、砂糖、焼きふ	にんじん、さやえんどう、きゅうり、ほうれんそう、ねぎ、たまねぎ
13	27	金	ミルクまたは フォロアップミルク 軟飯 カイの中華風ルーク 中華風あえもの 春雨スープ	しらすリゾット さつま芋のサラダ 清見オレンジ	カレー、しらす	胚芽米、油、砂糖、はるさめ、さつまいも、バター	もやし、キャベツ、にんじん、たまねぎ、はくさい、清見オレンジ
14	28	土	バナナ りんご果汁 軟飯 鶏肉の柔かつつくね 小松菜のソテー スープ	菜飯粥 みそ汁 みかん缶	ぶた肉、削り節、みそ	スパゲッティ、油、胚芽米、じゃがいも	バナナ、たまねぎ、ピーマン、きゅうり、みかん缶詰

◇都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

## ◆給食だより◆

離乳食、ご家庭での食事の進み具合はいかがですか。あせらず、ゆっくりとスキンシップを重ねながら進めていきましょう。保育園では、お子さんの食事の進み具合をみながら進めていきます。また、いろいろな味にチャレンジしていきます。離乳食は煮たものが中心ですが、食品の素材の味を生かしながら薄味で調理しています。お子さんの離乳食の進み具合に応じて食品の量や調理の形態にも変化を加えています。4月、5月は保育園入り口のサンプルケースにその日の離乳食が展示されていますので、ぜひご覧になってみてください。

