

# 中村学園大学附属 おひさま保育園

## 給食だより★4月号★（離乳食）

| 月日                  | 献立   | 初期  | 中期   | 後期  | 完了期   |
|---------------------|--|---|--|---|---|
| 4月1日(金)<br>4月22日(金) | 金芽米<br>麻婆豆腐<br>きゅうりと大根の中華和え<br>中華スープ               | つぶしがゆペースト<br>豆腐ペースト<br>人参ペースト<br>ほうれん草ペースト    | 7分がゆ<br>鶏ミンチと豆腐のみそ煮<br>(人参、玉ねぎ、大根)<br>ほうれん草スープ<br>(人参、玉ねぎ)               | 全がゆ<br>豚ミンチと豆腐のみそ煮<br>(人参、玉ねぎ、大根)<br>ほうれん草スープ<br>(人参、玉ねぎ)                           | 金芽米<br>麻婆豆腐<br>(レバーなし)<br>きゅうりと大根の中華和え<br>中華スープ<br>(あさり、たけのこ、卵なし) |
| 朝おやつ<br>3時おやつ       | 牛乳・甘夏缶<br>スキムミルク<br>カリカリいりこ<br>チーズトースト             | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>麦茶・バナナ<br>麦茶<br>蒸しパン  | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>牛乳・甘夏缶<br>麦茶<br>チーズ蒸しパン                            |
| 4月2日(土)             | 野菜たっぷりちゃんぽん<br>ごぼうサラダ                              | おじや<br>(人参、キャベツ)                              | おじや<br>(ささみ、玉ねぎ、人参、<br>キャベツ)   | おじや<br>(ささみ、玉ねぎ、人参、<br>キャベツ)  | おじや<br>(ささみ、玉ねぎ、人参、<br>キャベツ)                                      |
| 朝おやつ<br>3時おやつ       | コンク・ポーロ<br>牛乳<br>メロンパン                             | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>麦茶・ポーロ<br>麦茶<br>赤ちゃん用お菓子  | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>麦茶・ポーロ<br>麦茶<br>赤ちゃん用お菓子                           |
| 4月4日(月)<br>4月18日(月) | 金芽米<br>鮭のサワーソース焼き<br>青梗菜とコーンのソテー<br>チキンスープ<br>オレンジ | つぶしがゆペースト<br>白身魚ペースト<br>キャベツペースト<br>ほうれん草ペースト | 7分がゆ<br>煮魚(玉ねぎ)<br>キャベツのやわらか煮<br>野菜スープ<br>(玉ねぎ、人参、ほうれん草、<br>青梗菜)<br>オレンジ | 全がゆ<br>煮魚(玉ねぎ)<br>キャベツのやわらか煮<br>野菜スープ<br>(玉ねぎ、人参、ほうれん草、<br>青梗菜、もやし)<br>オレンジ         | 金芽米<br>鮭のサワーソース焼き<br>青梗菜とコーンのソテー<br>チキンスープ<br>オレンジ                |
| 朝おやつ<br>3時おやつ       | コンク・黄桃缶<br>スキムミルク<br>カリカリいりこ<br>レーズンクッキー           | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>麦茶・黄桃缶<br>麦茶<br>クッキー  | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>麦茶・黄桃缶<br>麦茶<br>レーズンクッキー                           |
| 4月5日(火)<br>4月19日(火) | 親子丼<br>小松菜としらすの和え物<br>はな麩すまし汁                      | つぶしがゆペースト<br>豆腐ペースト<br>人参ペースト<br>じゃがいもペースト    | 7分がゆ<br>ささみのやわらか煮<br>(小松菜、人参)<br>玉ねぎスープ                                  | 全がゆ<br>鶏肉の煮物<br>小松菜の和え物<br>(もやし、人参)<br>玉ねぎスープ                                       | 親子丼<br>(卵なし)<br>小松菜としらすの和え物<br>はな麩すまし汁                            |
| 朝おやつ<br>3時おやつ       | 牛乳・オレンジ<br>スキムミルク<br>カリカリいりこ<br>人参ゼリー・バナナ          | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>麦茶・オレンジ<br>麦茶<br>人参ゼリー・バナナ  | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>麦茶・オレンジ<br>麦茶<br>人参ゼリー・バナナ                         |
| 4月6日(水)<br>4月20日(水) | 金芽米<br>鶏のみぞれ煮<br>かにかまと春雨のごま酢和え<br>豚汁               | つぶしがゆペースト<br>豆腐ペースト<br>大根ペースト<br>人参ペースト       | 7分がゆ<br>大根のそぼろ煮<br>(鶏ミンチ)<br>野菜たっぷり味噌汁<br>(大根、玉ねぎ、人参)                    | 全がゆ<br>鶏肉のみぞれ煮<br>(大根)<br>春雨ときゅうりの和え物<br>野菜たっぷり味噌汁<br>(大根、玉ねぎ、人参)                   | 金芽米<br>鶏のみぞれ煮<br>春雨の酢和え<br>豚汁<br>(こんにやくなし)                        |
| 朝おやつ<br>3時おやつ       | 豆乳・いちご<br>スキムミルク<br>カリカリいりこ<br>新じゃがフライドポテト<br>オレンジ | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>豆乳・いちご<br>麦茶<br>こふきいも<br>オレンジ                                       | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>豆乳・いちご<br>麦茶<br>こふきいも<br>オレンジ                      |
| 4月7日(木)<br>4月21日(木) | 減塩パン<br>ハンバーグ<br>トマトとツナのサラダ<br>クラムチャウダー            | つぶしがゆペースト<br>キャベツペースト<br>トマトペースト              | 7分がゆ<br>肉団子と野菜の煮物<br>(鶏ミンチ、玉ねぎ、トマト)<br>野菜スープ<br>(玉ねぎ、人参、キャベツ)            | 全がゆ<br>肉団子と野菜の煮物<br>(牛・豚ミンチ、玉ねぎ)<br>トマトの和え物<br>(コーン、きゅうり)<br>野菜スープ<br>(玉ねぎ、人参、キャベツ) | 金芽米<br>ハンバーグ<br>トマトとツナのサラダ<br>クラムチャウダー<br>(あさりなし)                 |
| 朝おやつ<br>3時おやつ       | コンク・バナナ<br>麦茶<br>カリカリいりこ<br>じゃこ飯おにぎり               | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>麦茶・バナナ<br>麦茶<br>おじや   | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>麦茶・バナナ<br>麦茶<br>じゃこ飯おにぎり                           |
| 4月8日(金)             | お花寿司<br>魚の蒲焼き風<br>春キャベツとりんごのサラダ<br>豆腐のすまし汁<br>プリン  | つぶしがゆペースト<br>白身魚ペースト<br>キャベツペースト<br>人参ペースト    | 7分がゆ<br>煮魚<br>キャベツのやわらか煮<br>(人参)<br>豆腐のすまし汁<br>(玉ねぎ)                     | 全がゆ<br>煮魚<br>キャベツのやわらか煮<br>(人参)<br>豆腐のすまし汁<br>(玉ねぎ)                                 | お花寿司<br>(卵、でんぶなし)<br>魚の蒲焼き風<br>春キャベツとりんごのサラダ<br>豆腐のすまし汁<br>ゼリー    |
| 朝おやつ<br>3時おやつ       | 牛乳・ウエハース<br>スキムミルク<br>カリカリいりこ<br>かぼちゃようかん          | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>牛乳・赤ちゃん用お菓子<br>麦茶<br>かぼちゃようかん                                       | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>牛乳・ウエハース<br>麦茶<br>かぼちゃようかん                         |

| 月日                   | 献立  | 初期  | 中期   | 後期  | 完了期   |
|----------------------|---|---|--|---|---|
| 4月9日(土)<br>4月23日(土)  | カレーうどん<br>ごぼうと人参のきんぴら<br>りんご                                    | おじや<br>(人参)                                   | おじや<br>(ささみ、人参、玉ねぎ)<br>りんご   | おじや<br>(ささみ、人参、玉ねぎ)<br>りんご  | おじや<br>(ささみ、人参、玉ねぎ)<br>りんご                                      |
| 朝おやつ<br>3時おやつ        | コンク・ポーロ<br>牛乳<br>チョコパン  | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>麦茶・ポーロ<br>麦茶<br>赤ちゃん用お菓子  | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>麦茶・ポーロ<br>麦茶<br>赤ちゃん用お菓子                         |
| 4月11日(月)<br>4月25日(月) | 金芽米<br>揚げ魚のあんかけ<br>ほうれん草のごま和え<br>油揚げの味噌汁<br>オレンジ                | つぶしがゆペースト<br>白身魚ペースト<br>ほうれん草ペースト<br>人参ペースト   | 7分がゆ<br>煮魚<br>ほうれん草と人参のやわらか煮<br>味噌汁<br>(玉ねぎ、人参)<br>オレンジ                  | 全がゆ<br>煮魚<br>ほうれん草と人参のやわらか煮<br>味噌汁<br>(玉ねぎ、人参)<br>オレンジ  | 金芽米<br>魚のあんかけ<br>ほうれん草の和え物<br>(ちくわなし)<br>油揚げの味噌汁<br>オレンジ        |
| 朝おやつ<br>3時おやつ        | コンク・黄桃缶<br>スキムミルク<br>カリカリいりこ<br>豆腐のお焼き                          | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>麦茶・黄桃缶<br>麦茶<br>豆腐のお焼き  | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>麦茶・黄桃缶<br>麦茶<br>豆腐のお焼き                           |
| 4月12日(火)<br>4月26日(火) | 金芽米<br>かにたまあんかけ<br>れんこんとツナの甘辛炒め<br>新玉ねぎのどろろスープ<br>いちご           | つぶしがゆペースト<br>豆腐ペースト<br>じゃがいもペースト<br>ほうれん草ペースト | 7分がゆ<br>豆腐と鶏ミンチの煮物<br>(じゃがいも、玉ねぎ<br>ほうれん草)<br>新玉ねぎのどろろスープ<br>いちご         | 全がゆ<br>豆腐と鶏ミンチの煮物<br>(じゃがいも、玉ねぎ<br>ほうれん草)<br>新玉ねぎのどろろスープ<br>いちご                                     | 金芽米<br>かにたまあんかけ<br>(卵、かにかまなし)<br>ツナの甘辛炒め<br>新玉ねぎのどろろスープ<br>いちご  |
| 朝おやつ<br>3時おやつ        | 牛乳・オレンジ<br>スキムミルク<br>カリカリいりこ<br>パインケーキ                          | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>麦茶・オレンジ<br>麦茶<br>パインケーキ   | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>麦茶・オレンジ<br>麦茶<br>パインケーキ                          |
| 4月13日(水)<br>4月27日(水) | ハヤシライス<br>白菜とカリカリベーコンのサラダ<br>りんご                                | つぶしがゆペースト<br>トマトペースト<br>白菜ペースト                | 7分がゆ<br>ささみのトマト煮<br>(玉ねぎ)<br>白菜スープ<br>(人参)<br>りんご                        | 全がゆ<br>牛ミンチのトマト煮<br>(玉ねぎ)<br>白菜の和え物<br>(人参、きゅうり)<br>わかめスープ(玉ねぎ)<br>りんご                              | 金芽米<br>牛肉のトマト煮<br>白菜とカリカリベーコンのサラダ<br>りんご                        |
| 朝おやつ<br>3時おやつ        | 豆乳・いちご<br>スキムミルク<br>カリカリいりこ<br>きな粉蒸しパン                          | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>豆乳・いちご<br>麦茶<br>きな粉蒸しパン   | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>豆乳・いちご<br>麦茶<br>きな粉蒸しパン                          |
| 4月14日(木)             | キャロットライス<br>ローストチキン<br>春キャベツとチーズのサラダ<br>コーンとマカロニのスープ<br>青りんごゼリー | つぶしがゆペースト<br>豆腐ペースト<br>人参ペースト<br>キャベツペースト     | 7分がゆ<br>ささみの煮物<br>(人参、じゃがいも)<br>キャベツと玉ねぎのスープ                             | 全がゆ<br>鶏肉の煮物<br>(人参、じゃがいも、いんげん)<br>キャベツときゅうりの和え物<br>玉ねぎとコーンのスープ                                     | キャロットライス<br>ローストチキン<br>春キャベツとチーズのサラダ<br>コーンとマカロニのスープ<br>青りんごゼリー |
| 朝おやつ<br>3時おやつ        | コンク・バナナ<br>ぶどうジュース<br>誕生ケーキ                                     | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>麦茶・バナナ<br>麦茶<br>誕生ケーキ   | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>麦茶・バナナ<br>りんごジュース<br>誕生ケーキ                       |
| 4月15日(金)<br>4月28日(木) | 減塩パン<br>豆腐のグラタン<br>ひじきのサラダ<br>ミネストローネ                           | つぶしがゆペースト<br>豆腐ペースト<br>トマトペースト<br>ほうれん草ペースト   | 7分がゆ<br>豆腐のそぼろ煮<br>(鶏ミンチ、玉ねぎ、ほうれん草)<br>トマトスープ<br>(じゃがいも、玉ねぎ、<br>キャベツ、人参) | 全がゆ<br>豆腐のそぼろ煮<br>(鶏ミンチ、玉ねぎ、ほうれん草)<br>ひじきの和え物<br>(きゅうり、コーン、人参)<br>トマトスープ<br>(じゃがいも、玉ねぎ、<br>キャベツ、人参) | 金芽米<br>豆腐のグラタン<br>ひじきのサラダ<br>ミネストローネ<br>(あさりなし)                 |
| 朝おやつ<br>3時おやつ        | 15日(金)牛乳・甘夏缶<br>28日(木)コンク・バナナ<br>麦茶<br>カリカリいりこ<br>鮭おにぎり         | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>15日(金)麦茶・バナナ<br>28日(木)麦茶・バナナ<br>麦茶<br>おじや   | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>15日(金)麦茶・甘夏缶<br>28日(木)麦茶・バナナ<br>麦茶<br>鮭おにぎり      |
| 4月16日(土)<br>4月30日(土) | スパゲッティナポリタン<br>オニオンスープ<br>ヨーグルト                                 | おじや<br>(人参、かぼちゃ)                              | おじや<br>(ささみ、玉ねぎ、人参、<br>かぼちゃ)   | おじや<br>(ささみ、玉ねぎ、人参、<br>かぼちゃ)  | おじや<br>(ささみ、玉ねぎ、人参、<br>かぼちゃ)<br>ヨーグルト                           |
| 朝おやつ<br>3時おやつ        | コンク・ポーロ<br>牛乳<br>カスタードパン  | ペースト状   | 舌でつぶせる・豆腐状   | 歯ぐきでつぶす・バナナ状<br>麦茶・ポーロ<br>麦茶<br>赤ちゃん用お菓子  | 歯ぐきで噛む・肉団子状<br>麦茶・ポーロ<br>麦茶<br>赤ちゃん用お菓子                         |