

# 2019年4月 離乳後期食献立

どんぐりこども園

	献立名	材料名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
15 (月)	軟飯 さわらのみそ煮 ひじきの煮物 小ねぎと豆腐のすまし汁	米	さわら、みそ、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし	ひじき、人参、玉ねぎ、キャベツ、小ねぎ
16 (火)	軟飯 つくねの照り煮 きゅうりの煮物 さつまいものスープ	米、さつまいも	鶏ひき肉、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし	ほうれん草、長ねぎ、きゅうり、人参
3・17 (水)	軟飯 新じゃがの肉じゃが 小松菜の煮物 なめこ豆腐のみそ汁	米、じゃが芋	豚もも肉、みそ、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし	人参、玉ねぎ、小松菜、キャベツ、なめこ
4・18 (木)	ツナとしらすのトマトパスタ 春キャベツの煮物 白菜と新玉ねぎの豆乳スープ	スパゲッティ	ツナ缶、しらす、豆乳、かつお・昆布だし	トマト缶、キャベツ、ほうれん草、白菜、玉ねぎ
5・19 (金)	豚肉とえのきの混ぜごはん(軟飯) 人参の煮物 じゃが芋のスープ	米、じゃが芋	豚ひき肉、昆布だし	いんげん、えのき、人参、きゅうり、長ねぎ
6・20 (土)	肉みそうどん じゃが芋の煮物	うどん、じゃが芋	豚ひき肉、昆布だし	玉ねぎ、人参
8・22 (月)	軟飯 鮭の照り煮 高野豆腐と人参の煮物 まいたけとかぼちゃのみそ汁	米	鮭、絹ごし豆腐、みそ、かつお・昆布だし	人参、玉ねぎ、かぼちゃ、まいたけ
9・23 (火)	軟飯 鶏肉のみそ煮 白菜と人参のお浸し じゃが芋とお麩のすまし汁	米、お麩、じゃが芋	鶏もも肉、みそ、かつお・昆布だし	白菜、人参、小松菜、しいたけ、長ねぎ
10・24 (水)	軟飯 豚肉と野菜のケチャップ煮 アスパラの煮物 豆腐と玉ねぎのスープ	米、じゃが芋	豚もも肉、木綿豆腐、昆布だし	人参、玉ねぎ、アスパラ、しめじ
11・25 (木)	食パン 豆腐と新じゃがの豆乳煮 ブロッコリーの煮物 かぶと大豆のスープ	食パン、じゃが芋	木綿豆腐、豆乳、大豆、かつお・昆布だし	小松菜、ブロッコリー、人参、かぶ
12 (金)	ひき肉と納豆の混ぜごはん(軟飯) かぼちゃの煮物 大根と豆腐のみそ汁	米	豚ひき肉、ひきわり納豆、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし	ほうれん草、かぼちゃ、きゅうり、大根
13・27 (土)	野菜の煮込みうどん じゃが芋とねぎの煮物	うどん、じゃが芋	豚ひき肉、かつお・昆布だし	キャベツ、人参、玉ねぎ、長ねぎ
26 (金)	人参ごはん(軟飯) ささみのケチャップ煮 マッシュポテト お麩のみそ汁	米、じゃが芋、お麩	鶏ささみ、みそ、かつお・昆布だし	人参、ひじき、長ねぎ、大根、えのき

※食材の仕入れにより、材料を変更する場合があります。

## 2019年4月 離乳中期食献立

どんぐりこども園

	献立名	献立内容		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
15 (月)	おかゆ さわらのみそ煮 人参の煮物 小ねぎと豆腐のすまし汁	米	さわら、みそ、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし	人参、玉ねぎ、キャベツ、小ねぎ
16 (火)	おかゆ 鶏肉とほうれん草の照り煮 きゅうりの煮物 さつまいのスープ	米、さつまい	鶏ひき肉、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし	ほうれん草、長ねぎ、きゅうり、人参
3・17 (水)	おかゆ 新じゃがの肉じゃが 小松菜の煮物 キャベツと豆腐のみそ汁	米、じゃが芋	豚ひき肉、みそ、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし	人参、玉ねぎ、小松菜、キャベツ
4・18 (木)	ツナとしらすのトマトうどん 春キャベツの煮物 白菜と新玉ねぎの豆乳スープ	うどん	ツナ缶、しらす、豆乳、かつお・昆布だし	トマト缶、キャベツ、ほうれん草、白菜、玉ねぎ
5・19 (金)	豚肉といんげんの混ぜごはん(おかゆ) 人参の煮物 じゃが芋のスープ	米、じゃが芋	豚ひき肉、昆布だし	いんげん、人参、きゅうり、長ねぎ
6・20 (土)	肉みそうどん じゃが芋の煮物	うどん、じゃが芋	豚ひき肉、昆布だし	玉ねぎ、人参
8・22 (月)	おかゆ 鮭の照り煮 豆腐と人参の煮物 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	米	鮭、絹ごし豆腐、みそ、かつお・昆布だし	人参、玉ねぎ、かぼちゃ
9・23 (火)	おかゆ 鶏肉のみそ煮 白菜と人参のお浸し じゃが芋とお麩のすまし汁	米、お麩、じゃが芋	鶏もも肉、みそ、かつお・昆布だし	白菜、人参、小松菜、長ねぎ
10・24 (水)	おかゆ 豚肉と野菜のケチャップ煮 アスパラの煮物 豆腐と玉ねぎのスープ	米、じゃが芋	豚ひき肉、木綿豆腐、昆布だし	人参、玉ねぎ、アスパラ
11・25 (木)	パンがゆ 豆腐と新じゃがの豆乳煮 ブロッコリーの煮物 かぶと人参のスープ	食パン、じゃが芋	粉ミルク、木綿豆腐、豆乳、かつお・昆布だし	小松菜、ブロッコリー、人参、かぶ
12 (金)	ひき肉と納豆の混ぜごはん(おかゆ) かぼちゃの煮物 大根と豆腐のみそ汁	米	豚ひき肉、ひきわり納豆、絹ごし豆腐、かつお・昆布だし	ほうれん草、かぼちゃ、きゅうり、大根
13・27 (土)	野菜の煮込みうどん じゃが芋とねぎの煮物	うどん、じゃが芋	豚ひき肉、かつお・昆布だし	キャベツ、人参、玉ねぎ、長ねぎ
26 (金)	人参ごはん(おかゆ) ささみのケチャップ煮 マッシュポテト お麩のみそ汁	米、じゃが芋、お麩	鶏ささみ、みそ、かつお・昆布だし	人参、長ねぎ、大根

※食材の仕入れにより、材料を変更する場合があります。