

2017年 4月

予定献立表～後期～

| 月   |                                    | 火  |  | 水  |                                      | 木  |                                 | 金  |                                  | 土                         |                                      |  |
|---|------------------------------------|----|--|--|--------------------------------------|----|---------------------------------|----|----------------------------------|---------------------------|--------------------------------------|--|
| 9～11か月ごろの離乳食  |                                    |    |  |  |                                      |    |                                 |    |                                  | 1                         |                                      |  |
| この時期は、バナナくらいの柔らかさの食べ物を、歯茎と歯茎で噛んで食べることを練習します。かたくて小さい食べ物は待つのは習慣がついてしまいますので、注意が必要です。 |                                    |    |  |  |                                      |    |                                 |    |                                  | 鶏ぞうすい<br>ほぐしオレンジ          |                                      |  |
| 離乳食の回数が1日2回から3回に移ってきます。必要な栄養の半分以上を離乳食でとることになるので、主食・主菜・副菜を組み合わせるようにしましょう。          |                                    |    |  |  |                                      |    |                                 |    |                                  | 全粥<br>豆腐と野菜のスープ<br>角切りチーズ |                                      |  |
| 3   | おじや<br>大根と青菜の味噌汁<br>ほぐしオレンジ        | 4  | 豚肉と野菜のチャップライス<br>ポテトとブロッコリーのスープ<br>固形ヨーグルト | 5  | 鮭粥<br>人参しりしりー<br>大根の味噌汁              | 6  | 全粥<br>鶏肉とマカロニスープ煮<br>さつまいもスティック | 7  | スパゲティミートソース<br>オニオンスープ<br>角切りバナナ | 8                         | さかなそぼろご飯<br>わかめスープ(エキ・カキ)<br>野菜スティック |  |
|   | 全粥<br>野菜オムレツ<br>わかめと豆腐のスープ         |    | 全粥<br>豆腐と野菜煮<br>りんごスティック                   |  | 野菜とコーンのおじや<br>リンゴスティック               |    | ヒジキ粥<br>豆腐と根菜煮<br>ほぐしオレンジ       |    | シラス入りませご飯<br>大根のスープ<br>きゅうりスティック |                           | さつまいも入りおじや<br>豆腐の味噌汁                 |  |
| 10  | 全粥<br>麻婆豆腐<br>胡瓜の和え物               | 11 | 全粥<br>魚のチーズ焼き<br>マカロニスープ                   | 12   | 全粥<br>春野菜炒め<br>小松菜の味噌汁               | 13 | 全粥<br>魚の野菜煮<br>そうめん汁<br>角切りバナナ  | 14 | 全粥<br>鶏肉煮<br>南瓜のミルクスープ           | 15                        | 鮭じゃこ粥<br>とろろ昆布汁<br>マッシュバナナ           |  |
|   | 全粥<br>にらたま<br>春雨スープ                |    | 全粥<br>鶏肉の野菜煮<br>りんご                        |  | 全粥<br>ポークソテー<br>キャベツスープ              |    | 全粥<br>豆腐と野菜の炒め煮<br>紅イモスティック     |    | ポロポロじゅーしー<br>キャベツスープ<br>野菜スティック  |                           | 全粥<br>豆腐と野菜煮<br>わかめスープ               |  |
| 17  | チーズ粥<br>豆腐の角切りトマト添え<br>人参とキャベツのスープ | 18 | 全粥<br>鯖の煮つけ<br>青菜のみそ汁                      | 19   | 全粥<br>豆腐の茶巾<br>胡瓜と人参の和え物<br>小松菜のすまし汁 | 20 | おべんとう                           | 21 | 沖縄そば<br>白和えサラダ<br>固形ヨーグルト        | 22                        | 昆布ごはん<br>アーサ汁(豆腐)<br>角切りバナナ          |  |
|   | ひじき粥<br>豆腐の味噌汁<br>ほぐしオレンジ          |    | 全粥<br>ほうれん草のオムレツ<br>わかめスープ                 |  | クリームコーン粥<br>豆腐のピカタ<br>味噌汁            |    | 全粥<br>お好み焼き風<br>わかめスープ          |    | 全粥<br>野菜スープ<br>豆腐の炒野菜煮           |                           | いも粥<br>豆腐の野菜煮<br>ほぐしオレンジ             |  |
| 24  | 納豆粥<br>イナムドゥチ<br>ほぐしオレンジ           | 25 | 全粥<br>豆腐のピカタ<br>根菜スープ                      | 26   | 全粥<br>魚の味噌煮<br>清まし汁<br>リンゴ           | 27 | 全粥<br>豚肉と野菜の生姜焼き風<br>豆苗スープ      | 28 | 全粥<br>魚の西京焼き<br>小松菜ともやしの和え物      | 29                        | 昭和の日                                 |  |
|   | 全粥<br>豚肉の野菜煮<br>切干大根サラダ            |    | 全粥<br>じゃがいもの鶏そぼろあん<br>豆腐の味噌汁               |  | 全粥<br>根菜と豚肉の炒め煮<br>卵スープ              |    | 全粥<br>ポトフ風<br>ブロッコリーサラダ         |    | わかめ粥<br>豆腐と野菜の炒め煮<br>かぼちゃ煮       |                           |                                      |  |

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。