

2023年4月

予定献立表・離乳食

Happy-ちやいど保育園

目安月		初期 5・6カ月頃				中期 7・8カ月頃				後期 9〜11カ月頃				完了期 12〜18カ月頃			
土	1	昼食	おがゆ 大根のすりななし 胡瓜のすりななし スープ ミルク	※ 大根・人参・片栗粉 胡瓜・玉ねぎ 胡瓜		おがゆ 大根のそぼろあん 胡瓜のすりななし スープ ミルク	※ 大根・鶏肉・玉ねぎ 人参・片栗粉・胡瓜 胡瓜			おがゆ 大根のそぼろあん 胡瓜のすりななし スープ ミルク	※ 大根・人参・片栗粉・玉ねぎ 人参・片栗粉・胡瓜 胡瓜			ごはん 大根と鶏肉の照り煮 白和え風サラダ 味噌汁	※ 大根・人参・片栗粉・玉ねぎ 人参・片栗粉・胡瓜 胡瓜		
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
月	3	昼食	おがゆ さつまいも さつまいも 豆乳スープ ミルク	※ 大根・人参・片栗粉 さつまいも・人参・片栗粉 豆乳・ほうれん草		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
火	4	昼食	おがゆ 大根のすりななし 大根のすりななし 豆乳スープ ミルク	※ 大根・人参・片栗粉 大根・人参・片栗粉 さつまいも		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
水	5	昼食	おがゆ じゃが芋の煮つぶし 大根のすりななし スープ ミルク	※ じゃが芋 大根・人参・片栗粉 さつまいも・玉ねぎ		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
木	6	昼食	おがゆ 胡瓜の煮つぶし 大根のすりななし スープ ミルク	※ 胡瓜・人参・片栗粉 大根・人参・片栗粉 大根・ほうれん草		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
金	7	昼食	おがゆ じゃが芋の煮つぶし 大根のすりななし スープ ミルク	※ じゃが芋・人参 大根・人参・片栗粉 胡瓜・玉ねぎ		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
土	8	昼食	おがゆ 大根のすりななし 大根のすりななし スープ ミルク	※ 大根・人参・片栗粉 大根・人参・片栗粉 大根・ほうれん草		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
月	10	昼食	おがゆ 大根のすりななし 大根のすりななし スープ ミルク	※ 大根・人参・片栗粉 大根・人参・片栗粉 大根・ほうれん草		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
火	11	昼食	おがゆ 大根のすりななし 大根のすりななし スープ ミルク	※ 大根・人参・片栗粉 大根・人参・片栗粉 大根・ほうれん草		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
水	12	昼食	おがゆ じゃが芋の煮つぶし 大根のすりななし スープ ミルク	※ じゃが芋・人参 さつまいも・人参・片栗粉 玉ねぎ		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
木	13	昼食	おがゆ 人参のすりななし さつまいも さつまいも 豆乳スープ ミルク	※ 人参・玉ねぎ・片栗粉 さつまいも・人参・片栗粉 豆乳・さつまいも		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
金	14	昼食	おがゆ 豆乳のすりななし 胡瓜のすりななし スープ ミルク	※ 豆乳・人参・片栗粉 胡瓜・人参・片栗粉 白身・玉ねぎ		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
土	15	昼食	おがゆ さつまいも さつまいも 大根のすりななし スープ ミルク	※ さつまいも・人参 さつまいも・人参・片栗粉 大根・人参・片栗粉 さつまいも		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			
月	17	昼食	おがゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりななし スープ ミルク	※ じゃが芋 人参・片栗粉 豆乳・ほうれん草		ミルク				ミルク				ミルク			
			おやつ ミルク			ミルク				ミルク				ミルク			

新しい年度がはじまります
ご入園、ご進級おめでとうございます。
期待の新学期の始まりに、心新たに
おいしい給食作りを目指します。
食は心の糧でもあります。早く園生活に慣れ、
お友達との食事が待ち遠しくなったり、ホッと
する時間になるように願っております。
子どもたちが元気に健康に大きくなることを願って
給食作りをしています。栄養師を満足させることはもち
ろんですが、身体も心も満たされるようにという願い
も込めて作っています。

給食について

給食は、旬のちのち野菜、海藻などいろいろな食材をお出しするようにしています。
お家でなかなか食べられない食材や、苦手な野菜もたくさん出るかもしれません。
入園したばかりのお友達は、始めのうちは慣れない給食に戸惑い、なかなか食事が
進まないこともあるかもしれません。でも、少しずつ少しずつ給食に慣れて、お友達
と一緒に楽しくおいしく食べられるようになってほしい。
保育園で元気いっぱい遊んで、給食ももりもりおいしく食べてもらえるとうれしいです。
ご家庭の食卓でも、なるべくいろいろな食材にチャレンジしてみてください。
給食というおいしい食品と調理との出会いを積み重ねる機会とごさい。
先生やお友達とのかかわりの中で、少しずつ慣れて、「食材のおいしさ」「食卓の楽しさ」
を感じて、楽しい食生活を送ってほしいと思います。

- マヨネーズは油や塩分が多いので、使用していません。
- ポットケーキミックス、カレー粉のシチュウンスは、アレルギー不使用のものを使用しています。
- 果汁は国産のものを、スープ・すまし汁は国産のものを使用しています。
- ※給食、天候等の都合により食材や献立に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。