



# くじら認定こども園離乳食献立表【4月】

	主食	汁もの	おかず	15時おやつ	
1	水	おかゆ	とうふすまし汁	とりのやわらか煮、じゃがいもの煮物、いちご	かぼちゃもち
2	木	おかゆ	はくさいみそ汁	さかなの煮物、トマトとささみの煮物、煮りんご	おかゆ
3	金	おかゆ	やさいスープ	鶏だんご煮、ブロッコリー煮、フルーツカクテル	五平もち
4	土	おかゆ	とうふみそ汁	とりと野菜の煮物、こぶき芋	せんべい
5	日				
6	月	おかゆ	やさいスープ	マーボー豆腐、にんじん煮、バナナ	いもぼた
7	火	おかゆ	ピーマン汁	さかなのあんかけ、キャベツのあえ物、オレンジ	フルーツゼリー
8	水	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、じゃがいもの煮物、ヨーグルト	ジャムサンド
9	木	おかゆ	トマトスープ	鶏肉の煮物、スパゲティ煮	おかゆ
10	金	おかゆ	かぼちゃみそ汁	さかなの塩焼き、きゅうりの和え物、フルーツ	きな粉バナナ
11	土	おかゆ	すまし汁	とうふとかぼちゃの煮物、青菜の煮びたし	クッキー
12	日				
13	月	おかゆ	だいこんみそ汁	豆腐煮、キャベツの煮物	ジャムサンド
14	火	ばんがゆ	やさいスープ	さかなの煮物、ブロッコリー煮	おかゆ
15	水	おかゆ	にんじんみそ汁	さかなの煮物、さつま芋とひじきの煮物、煮りんご	きな粉マカロニ
16	木	おかゆ	すまし汁	とりのやわらか煮、青菜と豆腐の煮物	おかゆ
17	金			☆歓迎遠足☆お弁当の日☆	いももち
18	土	おかゆ	すまし汁	さかなの煮物、やさいのケチャップ煮、ヨーグルト	せんべい
19	日				
20	月	おかゆ	白菜すまし汁	とうふの煮物、ブロッコリー煮	ふかし芋
21	火	おかゆ	さつま汁	さかなの煮物、青菜のにびたし	こぶき芋
22	水	おかゆ	やさいスープ	とりのやわらか煮、マカロニ煮	コーンフレーク
23	木	ばんがゆ	やさいスープ	とうふの煮物、キャベツ人参煮、バナナ	おかゆ
24	金	にこみうどん		さかなの煮物、フルーツ	おかゆ
25	土	おかゆ	やさいスープ	とりとじゃがいも煮、キャベツの和え物、野菜ジュース	せんべい
26	日				
27	月	おかゆ	ふのみそ汁	とうふ団子煮、かぼちゃの煮物、オレンジ	せんべい
28	火	おかゆ	やさいスープ	とりのやわらか煮、マカロニ煮	クッキー
29	水			昭和の日	
30	木	おかゆ	はくさいみそ汁	さかなの煮物、青菜の納豆和え	ジャムサンド

## 栄養士より

入園・進級おめでとうございます。  
園の給食は、旬の食材を使用し、味や栄養に配慮した献立作りを心がけています。子どもたちが楽しみにしてくれる、給食を提供できるよう、日々工夫をしております。  
どうぞよろしくお願いいたします。

園での離乳食は中期食からの提供になっております。  
ご家庭と連携をとりながら、食品の種類、量、大きさ、固さなどの調理形態に配慮して提供させていただきます。  
献立が変更になる場合もございます。ご了承ください。

### 離乳食の開始の目安

赤ちゃんは、5～6か月になると、母乳やミルク以外のものが少しずつ消化できるようになります。ふだんの様子を観察して、**①首がすわって大人が支えとお座りができる**、**②大人の食事をじっと見たり、食べ物を見ると欲しそうによだれや声を出す**、**③授乳の間隔がだいたい4時間おきになっている**などが見られたら、赤ちゃんのきげんがいいときに離乳食を開始しましょう。

☆都合により献立を変更する場合がございます