

4月の献立

平成28年 4月1日

離乳食

軽野保育園

日	曜	献立名		
		午前のおやつ	お昼	午後のおやつ
1	金	麦茶		
4	月	麦茶		
5	火	野菜ジュース &りんご		
6	水	野菜ジュース &ぶどう	軟飯 肉じゃが(挽肉、じゃが芋、玉葱、人参) きやべつとひじきのあんかけ煮 豆腐の味噌汁	バナナ 麦茶
7	木	ヨーグルト風飲料	軟飯 じゃがいもと白身魚のスープ煮(たら) ほうれん草のひじき和え 大根とふの味噌汁	せんべい 麦茶
8	金	りんごジュース	軟飯 ささ身とじゃがいものトマト風味煮 ブロッコリーのおかか和え バナナ	ヨーグルト
11	月	キャロットジュース	軟飯 鮭とかぶの柔か煮 かぶと人参、いんげんの磯辺煮 すまし汁(小松菜)	クッキー 麦茶
12	火	野菜ジュース &りんご	軟飯 たらと大根の煮付け チンゲン菜のお浸し けんちん汁(人参、ねぎ、豆腐)	むしばん 麦茶
13	水	野菜ジュース &ぶどう	パン かぶのそぼろ煮(鶏肉、玉葱) ブロッコリーのツナ和え 豆乳シチュー(芋、玉葱、人参)	さつま芋のミルク煮 麦茶
14	木	ヨーグルト風飲料	軟飯 ささ身と南瓜の煮付け 小松菜、人参の磯辺和え 大根の味噌汁	バナナ 麦茶
15	金	りんごジュース	軟飯 高野豆腐とほうれん草の煮つけ マッシュポテト きやべつの味噌汁	せんべい 麦茶
18	月	キャロットジュース	軟飯 鶏団子と野菜のくず煮(玉葱、にんじん) ブロッコリーとキャベツのおかか和え 味噌汁(白菜、豆腐)	バナナヨーグルト
19	火	野菜ジュース &りんご	軟飯 焼き魚(鮭) ほうれん草のひじき和え きやべつともやしの味噌汁	クッキー 麦茶
20	水	野菜ジュース &ぶどう	パン 煮込みハンバーグ(トマト味) 粉ふき芋 豆腐とねぎのスープ	むしばん 麦茶
21	木	ヨーグルト風飲料	軟飯 鶏肉と白菜、玉葱、人参の煮物 青梗菜のごま和え 大根の味噌汁	さつま芋の含め煮 麦茶
22	金	りんごジュース	軟飯 ささ身と大豆、じゃが芋、いんげんのトマト風味煮 ほうれん草のしらす和え 豆腐とたまねぎの味噌汁	バナナ 麦茶
25	月	キャロットジュース	軟飯 高野豆腐とほうれん草の煮つけ マッシュポテト もやしとわかめの味噌汁	せんべい 麦茶
26	火	野菜ジュース &りんご	軟飯 鮭のムニエル 大根とふの煮物 小松菜の味噌汁	ヨーグルト
27	水	野菜ジュース &ぶどう	軟飯 麩と玉葱、人参の卵とじ煮 納豆和え(しらす) 小松菜の味噌汁 バナナ	クッキー 麦茶
28	木	ヨーグルト風飲料	軟飯 肉じゃが(挽肉、じゃが芋、玉葱、人参) ブロッコリーのおかか和え バナナ	むしばん 麦茶

※食べたことのない食材は、家庭で試していただくようお願いしております。事故防止のためよろしくお願いします。

手づかみ食べについて

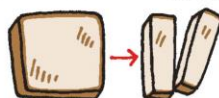
10か月頃になると、多くの赤ちゃんは食べ物を認識して手を出すようになります。自分から食べようとする意欲の表れです。つかんで食べやすいよう調理方法や盛りつけを工夫しましょう。



野菜は柔らかく煮る



麺類は7~8cm
くらいに切る



トーストをスティック状に切る



スープの具や麺類は、手づかみ食べ用の皿にのせる



