



4月離乳食献立



(後期食)

令和5年4月3日

東部保育園

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
3 煮込みうどん ほうれん草のお浸し スティック野菜煮	4 ごはん 魚の人参あんかけ 大根サラダ さつま芋煮 チンゲン菜のみそ汁	5 ごはん ささみのほぐし煮 あすっこサラダ スティック野菜煮 豆腐のすまし汁	6 ごはん 魚の煮付け おから煮 スティック野菜煮 小松菜のみそ汁	7 そぼろ丼 ポテトサラダ 大根の煮物
10 スティックパン 鶏つくね 青菜のサラダ スティック野菜煮 野菜スープ	11 ごはん 魚のほぐし煮 納豆和え スティック野菜煮 玉ねぎのみそ汁	12 ごはん 魚のあんかけ煮 ブロッコリーサラダ スティック野菜煮 人参のみそ汁	13 あんかけ丼 きゃべつサラダ スティック野菜煮 豆腐のスープ	14 ごはん ハンバーグ 春野菜サラダ スティック野菜煮 じゃがいものみそ汁
17 あんかけうどん ブロッコリーサラダ さつま芋煮	18 ごはん ささみのあんかけ煮 ポテトサラダ スティック野菜煮 麩のみそ汁	19 ごはん 魚の煮付け 白和え スティック野菜煮 さつま芋のみそ汁	20 ごはん おから入りつくね ほうれん草のお浸し スティック野菜煮 玉ねぎのみそ汁	21 ごはん 魚のほぐし煮 きゅうりの煮物 スティック野菜煮 きゃべつのみそ汁
24 納豆ごはん 魚のあんかけ煮 小松菜の煮浸し スティック野菜煮 人参のすまし汁	25 ごはん 肉団子煮 きゃべつのお浸し じゃがいも煮 豆腐のみそ汁	26 人参ごはん きゃべつ入りつくね アスパラサラダ かぼちゃ煮 玉ねぎのみそ汁	27 ごはん 魚の煮付け ポテトサラダ スティック野菜煮 かぼちゃのみそ汁	28 お弁当の日



～ご入園・ご進級おめでとうございます～



新年度がスタートし、新しく入園された子どもさんは保育園という新しい環境での生活が始まりますね。

保育園では、子どもさん一人一人の食事の進み具合に合わせながら、素材の味、うまみを活かした離乳食作りを心がけています。保育園での食事タイムが子どもたちにとって楽しい時間となるように、また、体や心の育ちを支えていく大切な時間となるようにご家庭と連絡を取り合いながら進めていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

保育園の離乳食で大切にしていること

- * 旬を大切にし、その時期においしい食材を多く取り入れています。
- * 天然のだし汁を使って調理し、素材そのものの味やうまみを活かして作っています。
- * 形態は個々に合わせて進めていきます。
- * 手づかみ食べをして、自分で食べることを楽しんで欲しいと思っています。



4月の旬の食材

新じゃが、ふき、よもぎ、たけのこ、アスパラ、新たまねぎ、春キャベツ、菜の花、あすっこ、絹さや、わかめ、さわら、さより、いちご、甘夏など



保育園では、手づかみできるようにごはんをおにぎりにしたり、スティック野菜をつけています。



※食材、行事等で献立を変更することがあります。
※献立表は東部保育園HPにも掲載してあります。



4月離乳食献立



(中期食)

令和5年4月3日

東部保育園

月ようび	火ようび	水ようび	木ようび	金ようび
3	4	5 おかゆ ささみのあんかけ煮 あすっこの煮浸し 豆腐のスープ	6 おかゆ 魚の煮付け おから煮 小松菜のスープ	7 そばろあんかけ丼 マッシュポテト 大根スープ
10 パン粥 豆腐のそばろ煮 青菜の煮浸し 野菜スープ	11 おかゆ 魚のほぐし煮 納豆和え 玉ねぎのスープ	12 おかゆ 魚のあんかけ煮 ブロッコリーのくずし煮 人参のスープ	13 あんかけ丼 きゃべつの煮浸し 豆腐のスープ	14 おかゆ 新玉ねぎのそばろ煮 きゃべつの煮浸し じゃがいものスープ
17 あんかけうどん さつま芋煮	18 おかゆ ささみのあんかけ煮 マッシュポテト 麩のスープ	19 おかゆ 魚のほぐし煮 白和え さつま芋のスープ	20 おかゆ じゃがいものそばろ煮 ほうれん草の煮浸し 玉ねぎのスープ	21 ごはん 魚のほぐし煮 きゅうりのくずし煮 きゃべつのスープ
24 納豆おじや 魚のあんかけ煮 小松菜の煮浸し 人参スープ	25 おかゆ じゃがいものそばろ煮 きゃべつの煮浸し 豆腐のスープ	26 人参がゆ きゃべつのそばろ煮 アスパラサラダ 玉ねぎのスープ	27 おかゆ 魚のあんかけ煮 ポテトサラダ かぼちゃのスープ	28 お弁当の日



～ご入園・ご進級おめでとうございます～



新年度がスタートし、新しく入園された子どもさんは保育園という新しい環境での生活が始まりますね。保育園では、子どもさん一人一人の食事の進み具合に合わせてながら、素材の味、うまみを活かした離乳食作りを心がけています。保育園での食事タイムが子どもたちにとって楽しい時間となるように、また、体や心の育ちを支えていく大切な時間となるようにご家庭と連絡を取り合いながら進めていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

保育園の離乳食で大切にしていること

- * 旬を大切にし、その時期に美味しい食材を多く取り入れています。
- * 天然のだし汁を使って調理し、素材そのものの味やうまみを活かして作っています。
- * 形態は個々に合わせて進めていきます。
- * 手づかみ食べをして、自分で食べることを楽しんで欲しいと思っています。



4月の旬の食材

新じゃが、ふき、よもぎ、たけのこ、アスパラ、新たまねぎ、春キャベツ、菜の花、あすっこ、絹さや、わかめ、さわら、さより、いちご、甘夏など



園での中期食です。



- * 食材、行事等で献立を変更することがあります。
- * 献立表は東部保育園HPにも掲載してあります。