



# 4月 幼児食予定献立表



平成30年

玉の子保育園

	月	火	水	木	金	土
幼児食	2 チキンカレー ビジキとキュウリのごま和え キャベツのスープ フルーツ	3 あわごはん イカとコーンの天ぷら 大根の和え物 鶏と野菜のスープ フルーツ	4 焼きそば ブロッコリーのサラダ 白菜と鶏団子のスープ フルーツ	5 野菜雑炊 卵焼き スパゲティサラダ 豆腐とミツバの清汁 フルーツ	6 黒米ごはん 豆腐入り花シューマイ ビジキの五目煮 青菜の和え物 キャベツの味噌汁 フルーツ	7 マーホ豆腐丼 中華サラダ 突たくさん味噌汁 フルーツ
	おやつ おにぎり 麦茶	おにぎり 麦茶	おにぎり 麦茶	枝豆入りスコーン 牛乳	クラッカー チーズ 牛乳	おにぎり 麦茶
幼児食	9 黒米ごはん 昆布イチ マカロニサラダ 吉野汁 フルーツ	10 ビーフストロガフ ミモザサラダ 中華コンスープ フルーツ	11 二食ご飯・レバー入り キュウリのカレー漬け サトモの味噌汁 フルーツ	12 あわごはん 魚のシソ揚げ 春雨とカニ棒のサラダ カラシ菜のチャンプルー 豆腐とワカメの味噌汁 フルーツ	13 ごはん ヘチマの中華煮 中国風四色和え 小松菜の味噌汁 フルーツ	14 ミックスホワイトソースかけ ゴホウサラダ ワンタン皮のスープ フルーツ
	おやつ デニッシュパン 牛乳	黒糖蒸しパン 牛乳	おにぎり 麦茶	りんごケーキ 牛乳	たい焼き 牛乳	おにぎり 麦茶
幼児食	16 ピビンパ キャベツの洋風白和え 白味噌野菜スープ フルーツ	17 黒米ごはん サンマの蒲焼き ミカンのフレンチサラダ 変わり沢煮椀 フルーツ	18 食パン ビーフシチュー ブロッコリーの天ぷら 野菜のゴマサラダ フルーツ	19 あわごはん タマネーチャンプルー 大根ナムル つくね汁 フルーツ	20 ごはん チキンの唐揚げ カボチャとパインのサラダ 小松菜の煮浸し 豆乳コンスープ フルーツ	はるのえんそく
	おやつ ラスク 牛乳	サツマイモの素揚げ 牛乳	おにぎり 麦茶	ニンジン蒸しパン 牛乳	チーズ 枝豆 牛乳	
幼児食	23 スタミナ丼 キュウリの和え物 ワカメと大根の味噌汁 フルーツ	24 黒米ごはん ムック小 枝豆入りキャベツサラダ 中身の吸い物 フルーツ	25 スパゲティミートソース キャベツとハムのサラダ 大根ミルクスープ フルーツ	26 あわごはん けんちん揚げ 牛肉と貝割れのサラダ ジャガイモの味噌汁 フルーツ	27 黒米ごはん ハワイアンハンバーグ じゃがべー ブロッコリーサラダ スープ フルーツ	28 あわごはん 肉じゃが キクラゲとキュウリのゴマ和え 青菜の味噌汁 フルーツ
	おやつ ミートローフサンド 牛乳	コーヤーと魚肉ソーセージの天ぷら 牛乳	おにぎり 麦茶	きなこもち 牛乳	誕生ケーキ 牛乳	おにぎり 麦茶
幼児食	30 振替休日					
	おやつ					

平成30年

# 4月 離乳食予定献立表

玉の子保育園

日	曜日	7~8ヶ月頃 (舌でつぶせる硬さ)	9~11ヶ月頃 (歯茎でつぶせる硬さ)	材 料	おやつ	
2	月	全粥 卵黄と野菜のシチュー キャベツスープ キュウリのつぶし煮 7ルツ	全粥→軟飯 卵黄と野菜のシチュー 7ルツ キャベツスープ 軟らかキュウリサラダ	米 卵黄 ジャガイロ ニンジン グリンピース タマネギ コーン キュウリ キャベツ	野菜おじや ミルク	
3	火	全粥 白身魚とニンジンの煮物 7ルツ 軟らか大根サラダ 野菜スープ	全粥→軟飯 魚とニンジンの煮物 7ルツ 軟らか大根サラダ 鶏と野菜のスープ	米 白身魚 豆腐 ニンジン タマネギ コーン 大根 キュウリ 小松菜	蒸しパン ミルク	
4	水	全粥 卵黄と野菜の煮物 白菜スープ 軟らかキュウリサラダ 7ルツ	全粥→軟飯 卵黄と野菜の煮物 7ルツ 軟らかキュウリサラダ 白菜スープ	米 卵黄 長ネギ モヤシ ビーマン 白菜 ニンジン ブロッコリー	野菜おじや ミルク	
5	木	全粥 白身魚の葛煮 キュウリの軟らか煮 すまし汁 7ルツ	野菜おじや 軟らかスパゲティサラダ すまし汁 7ルツ	米 豆腐 大根 ニンジン タマネギ 小松菜 ジャガイロ キャベツ キュウリ	軟らかホットケーキ ミルク	
6	金	全粥 豆腐とニンジンの煮物 7ルツ 軟らかホレン草 キャベツの味噌汁	全粥→軟飯 豆腐とニンジンの煮物 果物 軟らか青菜のサラダ キャベツの味噌汁	米 豆腐 タマネギ ニンジン ホレン草 ねぎ トマト キャベツ	サマ芋マッシュ ミルク	
7	土	全粥 白身魚とホレン草の煮物 7ルツ 軟らかキャベツサラダ 実たくさん味噌汁	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 軟らかキャベツサラダ 実たくさん味噌汁	米 白身魚 豆腐 インゲン ニンジン 大根 長ネギ タマネギ ジャガイロ キャベツ キュウリ	野菜おじや ミルク	
9	月	全粥 卵黄と切干大根の煮物 大根汁 軟らかカボチサラダ 7ルツ	全粥→軟飯 卵黄と切干大根の煮物 軟らかカボチサラダ 吉野汁 7ルツ	米 卵黄 豆腐 切干大根 ニンジン キュウリ タマネギ カボチ 大根 インゲン	野菜おじや ミルク	
10	火	全粥 野菜シチュー キュウリのつぶし煮 コンスープ 7ルツ	全粥→軟飯 野菜シチュー コンスープ 軟らかホレン草サラダ 7ルツ	米 卵黄 ニンジン タマネギ コーン キュウリ ホレン草 ねぎ	蒸しパン ミルク	
11	水	全粥 白身魚と野菜の煮物 7ルツ ニンジンのつぶし煮 ジャガイロの味噌汁	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 軟らかキュウリとニンジンのサラダ ジャガイロの味噌汁	米 白身魚 豆腐 ニンジン コーン ビーマン キュウリ ジャガイロ 長ネギ	ニンジンおじや ミルク	
12	木	全粥 白身魚の葛煮 軟らか春雨サラダ 豆腐の味噌汁 7ルツ	全粥→軟飯 白身魚とカサ菜の煮物 軟らか春雨サラダ 豆腐の味噌汁 7ルツ	米 白身魚 豆腐 カサ菜 モヤシ ニンジン キュウリ タマネギ ねぎ	軟らかホットケーキ ミルク	
13	金	全粥 へちまの煮物 軟らかキャベツサラダ 小松菜の味噌汁 7ルツ	全粥→軟飯 へちまの中煮 小松菜の味噌汁 軟らかキャベツサラダ 7ルツ	米 豆腐 卵黄 ニンジン へちま 小松菜 キャベツ キュウリ	蒸しパン ミルク	
14	土	全粥 野菜シチュー キュウリのつぶし煮 野菜スープ 7ルツ	全粥→軟飯 野菜シチュー 軟らかキュウリサラダ 野菜スープ 7ルツ	米 卵黄 タマネギ ニンジン ビーマン キュウリ コーン	海苔おじや ミルク	
16	月	全粥 卵黄と小松菜の煮物 7ルツ 白味噌野菜スープ 軟らかキャベツ白和え	全粥→軟飯 卵黄と小松菜の煮物 果物 白味噌野菜スープ 軟らかキャベツ白和え	米 卵黄 モヤシ ニンジン 小松菜 長ネギ キャベツ キュウリ 大根 ねぎ	野菜おじや ミルク	
17	火	全粥 白身魚の葛煮 大根スープ 軟らかキャベツとキュウリのサラダ 7ルツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 軟らかキャベツとキュウリのサラダ 大根スープ	米 白身魚 キャベツ キュウリ ニンジン 大根 キュウリ ビーマン 長ネギ	サマ芋マッシュ ミルク	
18	水	全粥 卵黄と野菜のシチュー ブロッコリー軟らか煮 野菜スープ 7ルツ	全粥→軟飯 卵黄と野菜のシチュー 果物 ブロッコリーの軟らか煮 野菜スープ	米 卵黄 ジャガイロ ニンジン タマネギ インゲン ホレン草 ブロッコリー	野菜おじや ミルク	
19	木	全粥 豆腐の葛煮 ニンジンスープ 大根の軟らか煮 7ルツ	全粥→軟飯 豆腐チヤンルー 7ルツ 軟らか大根味噌 つくね汁	米 豆腐 キャベツ ジャガイロ ニンジン 大根 小松菜 長ネギ	蒸しパン ミルク	
20	金	全粥 卵黄と小松菜の煮物 7ルツ かぼちゃマッシュ 豆乳コンスープ	全粥→軟飯 卵黄と小松菜の煮物 果物 かぼちゃマッシュ 豆乳コンスープ	米 卵黄 ねぎ 小松菜 タマネギ ニンジン コーン インゲン	軟らかホットケーキ ミルク	
21	土	春のえんそく				
23	月	全粥 ナスとトマトの味噌煮 大根の味噌汁 キュウリのつぶし煮 7ルツ	全粥→軟飯 ナスとトマトの味噌煮 果物 軟らかキュウリサラダ 大根の味噌汁	米 豆腐 ナス トマト キュウリ 大根 ねぎ ニンジン	野菜おじや ミルク	
24	火	全粥 卵黄と大根の煮物 ねぎの清汁 軟らか枝豆とキャベツのつぶし煮 果物	全粥→軟飯 卵黄と大根の煮物 果物 軟らか枝豆とキャベツのサラダ ねぎの清汁	米 卵黄 豆腐 カサ菜 グリンピース 枝豆 大根 ニンジン キャベツ 赤ビーマン	蒸しパン ミルク	
25	水	全粥 卵黄と野菜のトマト煮 大根スープ 軟らかニンジンサラダ 7ルツ	全粥→軟飯 卵黄と野菜のトマト煮 果物 軟らかニンジンサラダ 大根スープ	米 卵黄 タマネギ ニンジン キャベツ ビーマン トマト 大根 豆腐	白身魚と野菜のおじや ミルク	
26	木	全粥 豆腐の葛煮 軟らかキュウリサラダ ジャガイロの味噌汁 7ルツ	全粥→軟飯 豆腐と野菜の煮物 果物 軟らかキュウリサラダ ジャガイロの味噌汁	米 豆腐 ニンジン ビーマン ニラ コーン キュウリ ジャガイロ 長ネギ	サマ芋マッシュ ミルク	
27	金	全粥 白身魚と野菜の煮物 7ルツ ジャガイロマッシュ 野菜スープ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 ブロッコリーとジャガイロの軟らか煮 野菜スープ	米 白身魚 ニンジン タマネギ ジャガイロ ブロッコリー ホレン草 ビーマン	蒸しパン ミルク	
28	土	全粥 卵黄とジャガイロの煮物 7ルツ 青菜の味噌汁 軟らかトマトとキュウリのサラダ	全粥→軟飯 卵黄とジャガイロの煮物 果物 青菜の味噌汁 軟らかトマトとキュウリのサラダ	米 卵黄 ジャガイロ タマネギ ニンジン トマト 小松菜 グリンピース キュウリ 豆腐	ニンジンおじや ミルク	
30	月	振 替 休 日				

平成30年度

☆☆☆☆☆

4月 幼児食予定献立表

☆☆☆☆☆

玉の子夜間保育園

	月	火	水	木	金	土
幼児食	2 黒米ご飯 ゴーヤーチャンプルー 中華サラダ 味噌汁 フルーツ	3 ご飯 チキンチーズ焼き 温野菜サラダ スープ フルーツ	4 ご飯 豚ばら肉と根菜の煮物 ほうれん草のゴマサラダ 味噌汁 フルーツ	5 麦ご飯 はんぺんフライ 豆のサラダ スープ フルーツ	6 ピラフ ミートボールシチュー マカロニサラダ スープ フルーツ	7 ご飯 魚のピカタ 大根イリチー 小松菜ナムル 味噌汁 フルーツ
離乳食	おかゆ ささみと野菜の煮物 軟らかサラダ 味噌汁	おかゆ ささみのくず煮 野菜軟らか煮 スープ	おかゆ 魚と豆腐の煮物 ほうれん草煮浸し 味噌汁	おかゆ ささみのトマト煮 軟らか豆サラダ スープ	野菜入りおじや 魚のクリーム煮 スープ	おかゆ 白身魚と大根の煮物 軟らか小松菜 味噌汁
幼児食	9 ご飯 うじら豆腐 じゃが芋の煮物 レタスサラダ さつま汁 フルーツ	10 五目ご飯 磯辺焼き ブロッコリー添え 白菜和え 中華スープ フルーツ	11 ご飯 鮭のムニエル きんぴらごぼう 春雨サラダ 豚汁 フルーツ	12 親子丼 ブロッコリーサラダ アーサ汁 フルーツ	13 キーマカレー トマトサラダ ゆで卵 スープ フルーツ	14 ご飯 ごぼうかき揚げ キャベツ炒め きゅうり梅肉和え 肉団子スープ フルーツ
離乳食	おかゆ 豆腐くず煮 軟らかレタスサラダ さつま汁	おかゆ ブロッコリー軟らか煮 白菜つぶし煮 小松菜スープ	おかゆ 魚と野菜の煮物 軟らか春雨サラダ 味噌汁	おかゆ ささみと人参の煮物 ブロッコリー軟らか煮 アーサ汁	おかゆ ささみと野菜のシチュー 軟らかトマトサラダ スープ	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 軟らかきゃべつ煮 スープ
幼児食	16 麦ご飯 鶏もも肉炒め 厚焼き卵 小松菜サラダ あさりすまし汁 フルーツ	17 沖縄そば いわし缶と南瓜の天ぷら きゅうりと塩昆布の和え物 フルーツ	18 黒米ご飯 秋刀魚塩焼き ささみのサラダ たぬき汁 フルーツ	19 トマトのミート丼 南瓜とさつま芋のサラダ わかめスープ フルーツ	20 粟ご飯 魚のあんかけ きんぴらごぼう ポテトサラダ 大根の味噌汁 フルーツ	21 春の遠足 (職員研修)
離乳食	おかゆ ささみのそぼろ煮 軟らか小松菜サラダ 清汁	おかゆ 魚の煮物 南瓜のマッシュ 沖縄そば	おかゆ 魚と野菜の煮物 味噌汁	トマトのおじや 軟らかポテトサラダ スープ	おかゆ 魚の野菜あん 軟らかサラダ 味噌汁	
幼児食	23 ご飯 鮭フライ ポテトサラダ 味噌汁 フルーツ	24 粟ご飯 ミートローフ 野菜サラダ スープ フルーツ	25 ご飯 魚のしそ揚げ フルーツ からし菜チャンプルー 春雨サラダ 里芋の味噌汁	26 ご飯 肉じゃが もずく酢 ほうれん草の和え物 味噌汁 フルーツ	27 黒米ご飯 さばのみそ焼き 小松菜おかか和え 野菜スープ フルーツ	28 チキンカレー 大根ナムル すまし汁 フルーツ
離乳食	おかゆ 魚と大根の煮物 豆腐の煮物 味噌汁	おかゆ ささみと野菜の煮物 軟らかサラダ スープ	おかゆ 魚のくず煮 からし菜軟らか煮 味噌汁	おかゆ ささみとじゃが芋の煮物 軟らかほうれん草 味噌汁	おかゆ 魚の味噌煮 野菜の軟らか煮 スープ	五目おじや 大根の煮物 すまし汁
幼児食	30 振替休日					
離乳食						