



2023年4月分の離乳食献立

ひたち野うしく保育園つくしんぼ

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)
昼食	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、玉ねぎ、きゅうり キャベツ、じゃが芋 <b>【たんぱく質】</b> 納豆	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、さつまいも、玉ねぎ ほうれん草、きゅうり <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、もやし、大根 玉ねぎ、キャベツ <b>【たんぱく質】</b> 豆腐	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、キャベツ、玉ねぎ かぼちゃ、チンゲン菜 <b>【たんぱく質】</b> 鮭	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、白菜、かぶ きゅうり、ブロッコリー <b>【たんぱく質】</b> 豆腐
	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)
昼食	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、玉ねぎ、じゃが芋 ほうれん草、きゅうり <b>【たんぱく質】</b> たら	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、白菜、玉ねぎ キャベツ、きゅうり <b>【たんぱく質】</b> 納豆	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、もやし、小松菜 玉ねぎ、大根 <b>【たんぱく質】</b> 鮭	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、玉ねぎ、じゃが芋 ブロッコリー、ほうれん草 <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、玉ねぎ、きゅうり チンゲン菜、ブロッコリー <b>【たんぱく質】</b> たら
	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)
昼食	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、きゅうり、キャベツ もやし、小松菜 <b>【たんぱく質】</b> 鮭	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、大根、ほうれん草 玉ねぎ、じゃが芋 <b>【たんぱく質】</b> 納豆	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、大根、きゅうり 白菜、玉ねぎ <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、きゅうり、小松菜 玉ねぎ、さつまいも <b>【たんぱく質】</b> たら	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、かぶ、キャベツ ブロッコリー、かぼちゃ <b>【たんぱく質】</b> 豆腐
	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)
昼食	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、きゅうり、じゃが芋 ブロッコリー、キャベツ <b>【たんぱく質】</b> 納豆	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、きゅうり、大根 小松菜、玉ねぎ <b>【たんぱく質】</b> 鶏ひき肉	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、白菜、もやし かぼちゃ、きゅうり <b>【たんぱく質】</b> 鮭	<b>【煮野菜5種】</b> 玉ねぎ、小松菜、じゃが芋 きゅうり、ブロッコリー <b>【たんぱく質】</b> たら	<b>【煮野菜5種】</b> 人参、キャベツ、きゅうり かぼちゃ、チンゲン菜 <b>【たんぱく質】</b> 納豆

※献立表には、おかずの使用食材を示しています。味付けはせず、昆布だしのみ使用します。

※おかずの他に、主食（重湯や分粥、軟飯）と野菜スープを提供します。

※食材の形態については、月齢を目安に個別対応します。

※たんぱく質は、中期（月齢8～9か月頃）からの付加となります。

