

令和2年4月献立表(中期)

二川保育園

日	曜	昼食	赤色	黄色	緑色
			血や肉を作る食品	力や体温となる食品	体の調子を整える食品
13 ・ 27	月	焼きうどん風 春キャベツのお浸し 白菜のスープ	鶏肉	うどん	玉ねぎ・人参 小松菜・キャベツ・胡瓜 白菜・ねぎ
14 ・ 28	火	おかゆ たらのだし煮 人参のサラダ かぶのみそ汁	たら	おかゆ	キャベツ・人参・かぶ かぶの葉・ねぎ
1 ・ 15	水	おかゆ マーボー豆腐風 ほうれん草のおかか煮 しらすのスープ	豆腐 鶏肉	おかゆ	玉ねぎ・人参・ねぎ ほうれん草・もやし
2 16 30	木	おかゆ カレイとやさいの煮物 もやしと胡瓜のお浸し やさいスープ	カレイ	おかゆ	人参・玉ねぎ・もやし 胡瓜・小松菜・ねぎ
3 ・ 17	金	おかゆ 春野菜の煮物 大根のサラダ 人参スープ	鶏肉	おかゆ じゃが芋	玉ねぎ・人参・キャベツ 大根
4 11	土	おかゆ 煮物 スープ バナナ	鶏肉	おかゆ	玉ねぎ・人参 バナナ
6 ・ 20	月	煮込みうどん 茹でしらす ブロッコリー	しらす	うどん	玉ねぎ・キャベツ・人参 ねぎ・ブロッコリー もやし
7 ・ 21	火	おかゆ たらのだし煮 新じゃがと新玉の煮物 もやしのスープ	たら	おかゆ じゃが芋	玉ねぎ・もやし 小松菜・ねぎ
8 ・ 22	水	おかゆ 鶏ささみのだし煮 トマトと玉ねぎの煮物 キャベツのスープ	鶏肉	おかゆ じゃが芋	キャベツ・人参 トマト・玉ねぎ
9 ・ 23	木	おかゆ カレイの煮つけ 人参の煮物 豆腐のみそ汁	カレイ 豆腐	おかゆ	人参・玉ねぎ・小松菜 ねぎ
10	金	おかゆ 肉じゃが 胡瓜のだし煮 玉ねぎのスープ	鶏肉	おかゆ じゃが芋	人参・玉ねぎ もやし・胡瓜
18 25	土	おかゆ やさいのだし煮 胡瓜のおかか和え 麩のすまし汁	鶏肉	おかゆ 麩	玉ねぎ・キャベツ・人参 胡瓜・ねぎ
24	金	★誕生会 お楽しみ給食★			

※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。

※**ピンク色**の食材は**旬の食材**です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※献立表に記載されている食材は離乳食中期(8か月から)食べられる食材です。まだ食べていないものは提供しませんが
おうちで食べてみて下さいね。2~3回食べたなら担当保育士に知らせてください。随時、給食でも提供していきます♪

楽しく離乳食を進めていくために…



二回食になり、初期に比べてさまざまなものが食べられるようになってきました。

しかし、まだ食べるということに慣れていない月齢なのであわてることはありません。その子の気分に合わせて食べたいときは食べて、気分が乗らない時は離乳食の量を減らしてその分ミルクを飲むようにしましょう。まだまだミルクからの栄養が重視される月齢なのでミルクの前のお楽しみ感覚で進めていけばよいと思います。離乳食を食べる時間は決めて、リズムを作っていきましょう。また、大きさや固さは、“みじん切りしたものが指でつまむと潰れる”程度に、魚や肉には片栗粉でとろみをつけて飲み込みやすくしてあげてくださいね。おうちのごはんも給食でも楽しく離乳食を進めていきましょう♪わからないことや不安なことは遠慮なく聞いて下さいね。

※都合により献立、食材が変更になる場合があります。