

2024年度 4がつ

こ ん だ て

末吉にこにこ保育園

日 (曜)	ごっくん期 (初期ごろ 5~6ヶ月ごろ)		もぐもぐ期 (中期ごろ 7~8ヶ月ごろ)		かみかみ期 (後期ごろ 9~11ヶ月ごろ)	
	メニュー	使用している食材	メニュー	使用している食材	メニュー	使用している食材
15 (月)	つぶしがゆ 野菜スープ かれいとブロッコリーのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 かれい・ブロッコリー	おかゆ かれいとしめじの煮物 ブロッコリーの煮物 トマトスープ	精白米・かれい・しめじ ブロッコリー・トマト かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ かれいとしめじの煮物 ブロッコリーの煮物 トマトスープ	精白米・かれい・しめじ ブロッコリー・トマト かつおだし・醤油・片栗粉
16 ・ 30 (火)	つぶしがゆ 野菜スープ 豆腐と人参のつぶし煮	精白米・人参・玉葱 豆腐	おかゆ 豆腐とキャベツの煮物 ほうれん草の煮物 人参スープ	精白米・豆腐・キャベツ ほうれん草・人参 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ チキンナゲット ほうれん草の煮物 人参スープ	精白米・豆腐・鶏ひき肉 ほうれん草・人参 かつおだし・醤油・片栗粉・サラダ油
17 (水)	つぶしがゆ 野菜スープ すずきとかぶのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 すずき・かぶ	パンがゆ 鮭と小松菜のあんかけ かぶの煮物 じゃが芋スープ	食パン・粉ミルク・鮭・小松菜 かぶ・じゃが芋 かつおだし・醤油・片栗粉	食パン 鮭と小松菜のカレー風あんかけ かぶの煮物 じゃが芋スープ	食パン・鮭・小松菜 かぶ・じゃが芋 かつおだし・醤油・片栗粉・カレー粉
18 (木)	つぶしがゆ 野菜スープ かれいとチンゲン菜のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 かれい・チンゲン菜	ひじきがゆ ささみのトマト煮 きゅうりの煮物 チンゲン菜スープ	精白米・ひじき・ささみ・トマト きゅうり・チンゲン菜 かつおだし・醤油・片栗粉	ひじきがゆ ささみのトマト煮 きゅうりの煮物 チンゲン菜スープ	精白米・ひじき・ささみ・トマト きゅうり・チンゲン菜 かつおだし・醤油・片栗粉
19 (金)	つぶしがゆ 野菜スープ しらすと南瓜のマッシュ	精白米・人参・玉葱 しらす・南瓜	スープスパゲティ(コーン) しらすといんげんの煮物 南瓜の煮物	スパゲティ・コーン缶・しらす いんげん・南瓜 かつおだし・醤油・片栗粉	スープスパゲティ(コーン) しらすといんげんの煮物 南瓜の煮物	スパゲティ・コーン缶・しらす いんげん・南瓜 かつおだし・醤油・片栗粉
20 (土)	つぶしがゆ 野菜スープ 麩と白菜のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 麩・白菜	おかゆ ツナと白菜のあんかけ 大根の煮物 さつま芋スープ	精白米・ツナ缶・白菜・大根 さつま芋 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ ツナと白菜のあんかけ 大根の煮物 さつま芋スープ	精白米・ツナ缶・白菜・大根 さつま芋 かつおだし・醤油・片栗粉
22 (月)	つぶしがゆ 野菜スープ すずきと茄子のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 すずき・茄子	おかゆ すずきと茄子の煮物 ブロッコリーの煮物 トマトスープ	精白米・すずき・茄子 ブロッコリー・トマト かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 茄子のそぼろあんかけ ブロッコリーの煮物 トマトスープ	精白米・豚ひき肉(赤身)・茄子 ブロッコリー・トマト かつおだし・醤油・片栗粉
9 ・ 23 (火)	つぶしがゆ 野菜スープ 豆腐とキャベツのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・キャベツ	おかゆ ささみとキャベツの煮物 じゃが芋の煮物 チンゲン菜スープ	精白米・ささみ・キャベツ じゃが芋・チンゲン菜 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ ささみとキャベツの煮物 じゃが芋の煮物 チンゲン菜スープ	精白米・ささみ・キャベツ じゃが芋・チンゲン菜 かつおだし・醤油・片栗粉
10 ・ 24 (水)	つぶしがゆ 野菜スープ 麩と人参のつぶし煮	精白米・人参・玉葱 麩	パンがゆ 大豆と小松菜の味噌煮 人参の煮物 えのきスープ	食パン・粉ミルク・大豆・小松菜 人参・えのき かつおだし・味噌・片栗粉	食パン 大豆と小松菜の味噌煮 人参の煮物 えのきスープ	食パン・大豆・小松菜・人参 えのき かつおだし・味噌・片栗粉
11 ・ 25 (木)	つぶしがゆ 野菜スープ かれいときゅうりのくず煮	精白米・人参・玉葱 かれい・きゅうり	きな粉がゆ 鮭と玉葱の煮物 きゅうりの煮物 もやしスープ	精白米・鮭・玉葱・きゅうり もやし・きな粉 かつおだし・醤油・片栗粉	きな粉がゆ 鮭と玉葱の煮物 きゅうりの煮物 もやしスープ	精白米・鮭・玉葱・きゅうり もやし・きな粉 かつおだし・醤油・片栗粉
12 ・ 26 (金)	つぶしがゆ 野菜スープ しらすとほうれん草のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 しらす・ほうれん草	うどん(ほうれん草) しらすと南瓜のあんかけ かぶの煮物	うどん・ほうれん草・しらす・南瓜 かぶ かつおだし・醤油・片栗粉	うどん(ほうれん草) 南瓜コロッケ かぶの煮物	うどん・ほうれん草・豚ひき肉(赤身) 南瓜・かぶ・パン粉 かつおだし・醤油・片栗粉・サラダ油
13 ・ 27 (土)	つぶしがゆ 野菜スープ 麩とじゃが芋のマッシュ	精白米・人参・玉葱 麩・じゃが芋	おかゆ 麩とチンゲン菜の煮物 じゃが芋の煮物 トマトスープ	精白米・麩・チンゲン菜・じゃが芋 トマト かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 麩とチンゲン菜の煮物 じゃが芋の煮物 トマトスープ	精白米・麩・チンゲン菜・じゃが芋 トマト かつおだし・醤油・片栗粉

\* 後期食の後半は、主食のおかゆが軟飯になり、主菜のあんかけが無くなります。  
 \* 材料の都合により、メニューに変更があることをご了承ください。 <献立作成者>久保田