

2020年4月 離乳食(完了期)予定献立表

日	曜日	昼食献立名	材料	おやつ	材料
1	水	あんかけうどん 小松菜のお浸し フルーツ	うどん・豚肉・ごま油・もやし・人参・にら・片栗粉 ツナ・小松菜・人参 フルーツ	ひじき軟飯	米・ひじき・油揚げ 人参
2	木	軟飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ かぶのツナ和え フルーツ	米 じゃが芋・万能葱 鶏肉・生姜・にんにく・小麦粉・片栗粉 ツナ・かぶ・人参 フルーツ	りんごゼリー せんべい	毎日・りんごジュース りんご缶 せんべい
3	金	肉うどん さつま芋のレモン煮 フルーツポンチ	うどん・豚肉・人参・玉葱・干し椎茸・小松菜 さつま芋・レモン果汁 みかん缶・りんご・バナナ・レモン果汁	しらす軟飯	米・しらす・長葱 人参
4	土	中華丼(軟飯) 春雨スープ もやしと胡瓜の和え物 フルーツ	米・豚肉・白菜・玉葱・人参・片栗粉・ごま油 青梗菜・春雨 もやし・胡瓜・人参・ごま油 フルーツ	芋もち	じゃが芋・片栗粉 海苔
5	日	炒飯(軟飯) 中華スープ 焼売 フルーツ	米・長葱・豚挽肉・人参・ピーマン 青梗菜・玉葱 豚挽肉・玉葱・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース フルーツ	和風スパゲティ	スパゲティ・ツナ 玉ねぎ・人参・しめじ
6	月	軟飯 揚げ汁 かれないの痛焼き風 夏の和風ソテー フルーツ	米 豚肉・豆腐・人参・大根・里芋・長葱 かれない・小麦粉・片栗粉 舞茸・しめじ・えりんぎ・玉葱・いんげん・パプリカ フルーツ	フライドポテト	じゃが芋
7	火	軟飯 コンソメスープ ミートボールのトマト煮 スパゲティサラダ フルーツ	米 人参・玉葱 豚挽肉・豆腐・玉葱・片栗粉・マッシュルーム・にんにく・カットトマト・ケチャップ・ブロックコーン ツナ・スパゲティ・キャベツ・人参・マヨドレ フルーツ	豆乳プリン オレンジソース	豆乳・ゼラチン オレンジジュース 片栗粉
8	水	子ぎつねうどん 豆腐チャンプルー フルーツポンチ	うどん・油揚げ・人参・ほうれん草 豆腐・豚肉・ピーマン・人参・長葱・ごま油・かつお節 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	ツナ軟飯	米・ツナ
9	木	軟飯 味噌汁 たらのフライ ブロックコーンのフレッシュサラダ フルーツ	米 長葱・豆腐 たら・小麦粉・パン粉・ソース ブロックコーン・人参 フルーツ	かぼちゃ茶巾	かぼちゃ
10	金	軟飯 コンソメスープ ポトフ 春雨サラダ フルーツ	米 ほうれん草・コーン 鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・生姜・にんにく ツナ・春雨・胡瓜・人参・ごま油 フルーツ	いちご蒸しパン	小豆粉・ベーキングパウダー いちごジャム
11	土	野菜たっぷり揚げうどん フルーツ	うどん・豚肉・もやし・玉葱・人参・にら・ごま油 餃子の皮・豚挽肉・キャベツ・長葱 フルーツ	味噌軟飯	米・胡麻
12	日	ツナトマトライス軟飯 コンソメスープ ほうれん草のサラダ フルーツ	米・玉葱・人参・ツナ・コーン・ケチャップ じゃが芋・人参 ほうれん草・もやし・パプリカ・マヨドレ フルーツ	豆乳ホットケーキ	ホットケーキミックス 豆乳・いちごジャム
13	月	軟飯 コンソメスープ さわらの竜田揚げ アスパラサラダ フルーツ	米 ほうれん草・コーン さわら・生姜・片栗粉・小麦粉 アスパラ・人参 フルーツ	オレンジゼリー	毎日・オレンジジュース みかん缶 せんべい
14	火	軟飯 コンソメスープ ハンバーグ カリフラワーのさっぱりサラダ フルーツ	米 キャベツ・玉葱 豚挽肉・豆腐・玉葱・片栗粉・ケチャップ・ソース カリフラワー・胡瓜・人参 フルーツ	スイートポテトパイ	餃子の皮・さつま芋 豆乳
15	水	スパゲティミートソース コンソメスープ 大豆サラダ フルーツ	スパゲティ・豚挽肉・玉葱・にんにく・小麦粉・トマトピューレ・ケチャップ・ピーマン 小松菜・人参 大豆水餃子・キャベツ・胡瓜・人参・マヨドレ フルーツ	ジュウシー	米・豚肉・ごぼう 人参

*材料の入荷状況や、配達、天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。
*午前おやつは麦茶をご提供致します。
*だしには、かつお節・昆布・煮干しを使用しています。
*調味料として、醤油・三温糖・塩・味噌・サラダ油・酢・コンソメを使用しています。
*今月のフルーツは、バナナ・りんご・いちご・オレンジを使用する予定です。

瑞江わんぱく保育園

曜日	昼食献立名	材料	おやつ	材料	
16	木	軟飯 味噌汁 赤魚のレモン焼き きんぴらごぼう フルーツ	米 白菜・玉葱 赤魚・レモン果汁 ごぼう・人参 フルーツ	お好み焼き	小麦粉・ベーキングパウダー キャベツ・人参 豚挽肉・青のり ソース 麦茶
17	金	肉うどん 小魚とポタトの味噌がらみ フルーツポンチ	うどん・豚肉・大根・人参・干し椎茸・ほうれん草 黒干し・じゃが芋・胡麻 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	わかめ軟飯	米・わかめ軟飯の素 麦茶
18	土	麻婆豆腐丼(軟飯) わかめスープ ナムル フルーツ	米・豆腐・にんにく・生姜・豚挽肉・長葱・ケチャップ・片栗粉・ごま油 わかめ・にら もやし・胡瓜・人参・ごま油・胡麻 フルーツ	マカロニきな粉	マカロニ・きな粉 麦茶
19	日	三色丼(軟飯) 味噌汁 わかめとコーンの和え物 フルーツ	米・さけ・鶏挽肉・ほうれん草・かつお節 小花鮭・玉葱 わかめ・胡瓜・コーン・ごま油 フルーツ	かぼちゃ蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー かぼちゃ 麦茶
20	月	軟飯 コンソメスープ たらのトマトソース キャベツのサラダ フルーツ	米 ほうれん草・しめじ たら・小麦粉・カットトマト・玉葱・ケチャップ・ソース キャベツ・人参・コーン フルーツ	青のりポテト	じゃが芋・青のり 麦茶
21	火	軟飯 コンソメスープ ポトフ 大根サラダ フルーツポンチ	米 白菜・玉葱 豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・生姜・にんにく ツナ・大根・胡瓜・コーン・ごま油・胡麻 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	焼きビーフン	ビーフン・豚挽肉 玉ねぎ・人参・小松菜 麦茶
22	水	ちゃんぽん風うどん 焼売 フルーツ	うどん・豚肉・人参・キャベツ・玉葱・にら・ごま油 豚挽肉・玉葱・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース フルーツ	いなり寿司(軟飯)	米・油揚げ 麦茶
23	木	軟飯 味噌汁 さけの香味焼き 里芋の無糖 フルーツ	米 豆腐・長葱 さけ・生姜・万能葱 里芋・人参 フルーツ	ころも豆乳ドーナツ	ホットケーキミックス 豆乳 麦茶
24	金	★お誕生会★ ピラッパ(軟飯)・コンソメスープ 豆腐入りミートローフ アスパラサラダ フルーツ	米・ツナ・人参・玉葱・ドライパセリ 白菜・コーン 鶏挽肉・豆腐・玉葱・人参・グリーンピース・片栗粉・ケチャップ・ソース アスパラ・人参 フルーツ	ココアケーキ	ホットケーキミックス ココア・豆乳 麦茶
25	土	肉うどん さつま芋のレモン煮 フルーツポンチ	うどん・豚肉・玉葱・干し椎茸・小花鮭・小松菜 さつま芋・レモン果汁・ソース 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	おかか軟飯	米・かつお節 麦茶
26	日	ケチャップライス(軟飯) コンソメスープ かぶのさっぱりサラダ フルーツ	米・鶏肉・玉葱・マッシュルーム・ケチャップ いんげん・人参・玉葱 かぶ・胡瓜・人参・生姜・大葉 フルーツ	スノーボールクッキー	小麦粉・片栗粉 麦茶
27	月	しらす炒飯(軟飯) 中華スープ 焼売 フルーツ	米・しらす・長葱・人参・ピーマン 大根・コーン 豚挽肉・玉葱・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース フルーツ	レーズン蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー レーズン 麦茶
28	火	軟飯 呉沢山汁 レバーの竜田揚げ 小松菜の胡麻和え フルーツ	米 油揚げ・大根・人参・ごぼう・長葱 レバー・竜田揚げ 片栗粉・小麦粉 小松菜・えのき・人参・胡麻 フルーツ	ミニアメリカンドッグ	ホットケーキミックス ウイナー・ケチャップ 麦茶
29	水	焼うどん 中華スープ 白菜とツナのサラダ フルーツポンチ	うどん・豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・ソース・青のり 青梗菜・玉葱 白菜・人参・ツナ 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	しらす軟飯	米・しらす・胡麻 万能葱 麦茶
30	木	軟飯 味噌汁 さけのフライ 大根の和え物 フルーツ	米 ごぼう・玉葱 さけ・小麦粉・パン粉・ソース 大根・胡瓜・人参・ごま油 フルーツ	スパゲティボロタン	スパゲティ・人参 玉葱・ピーマン コーン・ケチャップ 麦茶