

	(月)13・27	(火)14・28	(水)1・15	(木)2・16・30	(金)3・17	(土)4・18
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> ・牛肉うどん ゆでうどん 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 だし しょうゆ ・メンチカツ ・大根コンソメ煮 大根 人参 ササミフレーク グリーンピース しょうゆ コンソメ ・コーンしゅうまい 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・豚汁 豚肉 人参 しめじ 味噌 だし昆布 だしかつお ・さばのカレーソース煮 ・竹の子のおかか煮 たけのこ 絹さや 人参 だしかつお さとう しょうゆ かつお粉 ・ブロッコリーサラダ ブロッコリー カニカマ ドレッシング 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・ハヤシライス 牛肉 じゃが芋 人参 玉葱 マッシュルーム ハヤシフレーク ・ウインナー ・チーズ ・アスパラサラダ アスパラガス 人参 ポークハム ドレッシング 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・味噌汁 ちくわ 玉葱 えのき わかめ 味噌 だし昆布 だしかつお ・ますの塩焼き ・いんげんツナ煮 いんげん 人参 ツナフレーク だしかつお しょうゆ さとう ・ミートボール 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・パンプキンスープ スープの素 牛乳 ・エビフライ ・ポークビーンズ 豚肉 人参 大豆 じゃが芋 コンソメ トマトケチャップ ・キャベツサラダ キャベツ 人参 コーン ドレッシング 	<ul style="list-style-type: none"> ・しっぽくうどん 冷凍うどん 油揚げ 人参 鶏肉 青ねぎ だしかつお しょうゆ さとう
	おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・メロンパン (ロールパン マーガリン ホットケーキミックス 牛乳 グラニュー糖) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・味噌マヨおにぎり (ごはん 味噌 マヨネーズ 花かつお) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・パインケーキ (ホットケーキミックス パイン缶 牛乳 マーガリン 卵) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お菓子
延長保育	お菓子・ジュース	ドーナツ	バームクーヘン	パン	バナナ	
	(月)6・20	(火)7・21	(水)8・22	(木)9・23	(金)10・24	(土)11・25
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・味噌汁 しいたけ 油揚げ 人参 だし昆布 だしかつお 味噌 ・いわしの昆布煮 ・あらめ含め煮 あらめ 焼き竹輪 油揚げ 人参 さとう しょうゆ だしかつお ・ほうれん草のナムル もやし 人参 ポークハム ゴマ油 しょうゆ さとう 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・コーンスープ スープの素 牛乳 ・鶏の照り焼き ・チンゲン菜スープ煮 チンゲン菜 人参 ツナフレーク 玉葱 赤ピーマン コンソメ しょうゆ ・ポテトサラダ ポテトベース 人参 マヨネーズ 塩 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・カレーシチュー 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 グリーンピース カレールウ ・お魚ソーセージ ・チーズ ・カリフラワーサラダ カリフラワー 人参 ドレッシング 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉うどん ゆでうどん 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 だし しょうゆ ・ホキ吹き寄せ煮 ・小松菜煮浸し 小松菜 油揚げ 人参 さとう しょうゆ だしかつお ・高野豆腐フライ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・中華スープ 豆腐 わかめ 青ねぎ ガラスープ しょうゆ ・ホイコーロー 豚肉 人参 キャベツ ピーマン 油 赤味噌 しょうゆ さとう ・ひじきギョーザ ・南瓜ゴマ和え 南瓜 白ごま さとう しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ・きつねうどん 冷凍うどん 油揚げ 人参 青ねぎ かつおだし さとう しょうゆ
	おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・野菜ジュース蒸しパン (ホットケーキミックス 野菜ジュース 砂糖 サラダ油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お菓子 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お麩きなこ (おつゆ麩 マーガリン きな粉 グラニュー糖) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・コンソメラスク (食パン コンソメ サラダ油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・バナナ
延長保育	バナナ	ドーナツ	パン	カステラ	お菓子	

平均	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量	カリウム
	445	15.8	13.7	62.3	175	2.0	198	0.22	0.25	13	2.9	1.5	500

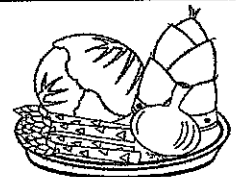
《身体が目覚める春野菜》

寒い冬を耐え、あたたかな春に芽吹く春野菜は生命力あふれる野菜です。

人の身体も、寒い季節は新陳代謝が落ち、脂肪や毒素、老廃物をため込んでしまいます。春野菜には冬眠状態の身体にエネルギーを与え、不要なものを外に出す力を高めてくれます。春野菜を積極的に食べましょう♪

【春野菜】春キャベツ アスパラガス たけのこ 新じゃが 新たまねぎ

※保育園行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。



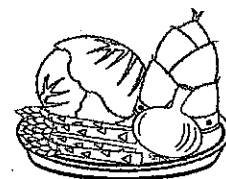
	(月)13・27	(火)14・28	(水)1・15	(木)2・16・30	(金)3・17	(土)4・18
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> ・牛肉うどん ゆでうどん 牛肉 玉葱 人参 ジャガ芋 だし しょうゆ ・メンチカツ ・大根コンソメ煮 大根 人参 ササミフレーク グリーンピース しょうゆ コンソメ ・じゃが芋煮 じゃが芋 しょうゆ だし昆布 だしかつお ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・豚汁 豚肉 人参 しめじ 味噌 だし昆布 だしかつお ・さばのカレーソース煮 ・さつま芋煮 さつま芋 しょうゆ だし昆布 だしかつお ・ブロッコリーサラダ ブロッコリー ドレッシング ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・ハヤシライス 牛肉 ジャガ芋 人参 玉葱 マッシュルーム ハヤシフレーク ・ウインナー ・チーズ ・アスパラサラダ アスパラガス 人参 ポークハム ドレッシング ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・味噌汁 ちくわ 玉葱 えのき わかめ 味噌 だし昆布 だしかつお ・ますの塩焼き ・いんげんツナ煮 いんげん 人参 ツナフレーク だしかつお しょうゆ さとう ・ミートボール煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・パンプキンスープ スープの素 牛乳 ・ポークビーンズ 豚肉 人参 大豆 じゃが芋 コンソメ トマトケチャップ ・キャベツサラダ キャベツ 人参 コーン ドレッシング ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・しっぽくうどん 冷凍うどん 油揚げ 人参 鶏肉 青ねぎ だしかつお しょうゆ さとう ・果物
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・ゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・メロンパン (ロールパン マーガリン ホットケーキミックス 牛乳 グラニュー糖) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・味噌マヨおにぎり (ごはん 味噌 マヨネーズ 花かつお) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・パインケーキ (ホットケーキミックス パイン缶 牛乳 マーガ リン 卵) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お菓子 	<ul style="list-style-type: none"> ・お菓子
延長保育	お菓子・ジュース	ドーナツ	バームクーヘン	パン	バナナ	
	(月)6・20	(火)7・21	(水)8・22	(木)9・23	(金)10・24	(土)11・25
献立と食材	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・味噌汁 しいたけ 油揚げ 人参 だし昆布 だしかつお 味噌 ・いわしの昆布煮 ・あらめ含め煮 あらめ 焼き竹輪 油揚げ 人参 さとう しょうゆ だしかつお ・ほうれん草のナムル もやし 人参 ポークハム ゴマ油 しょうゆ さとう ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・コーンスープ スープの素 牛乳 ・鶏の照り焼き ・チンゲン菜スープ煮 チンゲン菜 人参 ツナフレーク 玉葱 赤ピーマン コンソメ しょうゆ ・マッシュポテト ポテトベース 人参 塩 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・カレーシチュー 豚肉 ジャガ芋 玉葱 人参 グリーンピース カレールウ ・お魚ソーセージ ・チーズ ・カリフラワーサラダ カリフラワー 人参 ドレッシング ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・鶏肉うどん ゆでうどん 鶏肉 玉葱 人参 ジャガ芋 だし しょうゆ ・ホキ吹き寄せ煮 ・小松菜煮浸し 小松菜 油揚げ 人参 さとう しょうゆ だしかつお ・じゃが芋煮 じゃが芋 しょうゆ だし昆布 だしかつお ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはん ・中華スープ 豆腐 わかめ 青ねぎ ガラスープ しょうゆ ・ホイコーロー 豚肉 人参 キャベツ ピーマン 油 赤味噌 しょうゆ さとう ・ほうれん草煮 ほうれん草 しょうゆ だし昆布 だしかつお ・南瓜ゴマ和え 南瓜 白ごま さとう しょうゆ ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・きつねうどん 冷凍うどん 油揚げ 人参 青ねぎ かつおだし さとう しょうゆ ・果物
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・野菜ジュース蒸しパン (ホットケーキミックス 野菜ジュース 砂糖 サ ラダ油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お菓子 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・お麩きなこ (おつゆ麩 マーガリン きな粉 グラニュー糖) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・コンソメラスク (食パン コンソメ サラ ダ油) 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・お菓子
延長保育	バナナ	ドーナツ	パン	カステラ	お菓子	

《身体が目覚める春野菜》

寒い冬を耐え、あたたかな春に芽吹く春野菜は生命力あふれる野菜です。

人の身体も、寒い季節は新陳代謝が落ち、脂肪や毒素、老廃物をため込んでしまいます。春野菜には冬眠状態の身体にエネルギーを与え、不要なものを外に出す力を高めてくれます。春野菜を積極的に食べましょう♪

【春野菜】春キャベツ アスパラガス たけのこ 新じゃが 新たまねぎ



※保育園行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

2020年度 4月 離乳食献立表

法光院保育園

《後期前半》

月	火	水	木	金	土
13・27	14・28	1・15	2・16・30	3・17	4・18
<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・納豆煮 ・大根コンソメ煮 ・じゃが芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・鮭ほぐし煮 ・ブロッコリー煮 ・さつま芋 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・豆腐煮 ・人参コトコト煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・たらほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・さつま芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・すまし汁 ・ポークビーンズ ・キャベツ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りうどん ・果物
3時のおやつ					
6・20	7・21	8・22	9・23	10・24	11・25
<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・鮭ほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・すまし汁 ・ささみトマト煮 ・チンゲン菜コンソメ煮 ・マッシュポテト ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・豆腐煮 ・人参コトコト煮 ・さつま芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・たらほぐし煮 ・ブロッコリー煮 ・じゃが芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・しらす煮 ・ほうれん草煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りうどん ・果物
3時のおやつ					

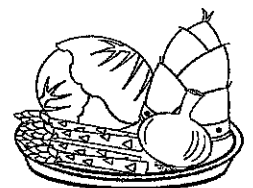
《身体が目覚める春野菜》

寒い冬を耐え、あたたかな春に芽吹く春野菜は生命力あふれる野菜です。

人の身体も、寒い季節は新陳代謝が落ち、脂肪や毒素、老廃物をため込んでしまいます。春野菜には冬眠状態の身体にエネルギーを与え、不要なものを外に出す力を高めてくれます。

春野菜を積極的に食べましょう♪

【春野菜】春キャベツ アスパラガス たけのこ 新じゃが 新たまねぎ



※保育園行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

2020年度 4月 離乳食献立表

法光院保育園

《後期後半》

月	火	水	木	金	土
13・27	14・28	1・15	2・16・30	3・17	4・18
<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・納豆煮 ・大根コンソメ煮 ・じゃが芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・味噌汁 ・鮭ほぐし煮 ・ブロッコリー煮 ・さつまい芋 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・すまし汁 ・豆腐煮 ・人参スティック ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・味噌汁 ・たらほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・さつまい芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・パンプキンスープ ・ポークビーンズ ・キャベツ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りうどん ・果物
3時のおやつ					
ヨーグルト	メロンパン	おにぎり	カップケーキ	お菓子	
6・20	7・21	8・22	9・23	10・24	11・25
<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・味噌汁 ・鮭ほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・コーンスープ ・ささみトマト煮 ・チンゲン菜コンソメ煮 ・マッシュポテト ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・すまし汁 ・豆腐煮 ・人参スティック ・さつまい芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・たらほぐし煮 ・ブロッコリー煮 ・じゃが芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・すまし汁 ・しらす煮 ・ほうれん草煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りうどん ・果物
3時のおやつ					
蒸しパン	お菓子	お麩きなこ	コンソメラスク	バナナ	

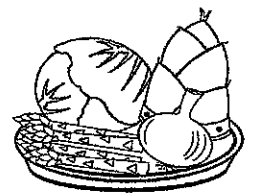
《身体が目覚める春野菜》

寒い冬を耐え、あたたかな春に芽吹く春野菜は生命力あふれる野菜です。

人の身体も、寒い季節は新陳代謝が落ち、脂肪や毒素、老廃物をため込んでしまいます。春野菜には冬眠状態の身体にエネルギーを与え、不要なものを外に出す力を高めてくれます。

春野菜を積極的に食べましょう♪

【春野菜】春キャベツ アスパラガス たけのこ 新じゃが 新たまねぎ



※保育園行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。