

2021年度 4月 離乳食献立表

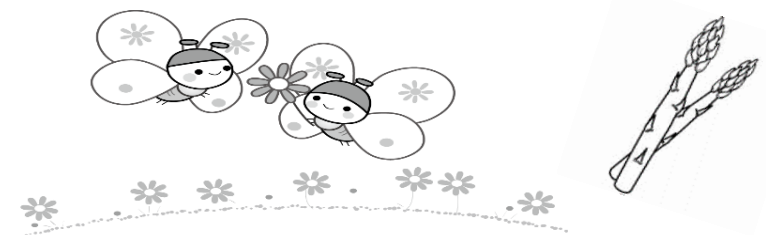
法光院こども園

《後期》

月	火	水	木	金	土
12・26	13・27	14・28	1・15	2・16・30	17
・牛肉うどん ・豆腐煮 ・人参スティック ・マッシュポテト ・果物	・軟飯 ・味噌汁(玉葱) ・鮭ほぐし煮 ・切干大根煮 ・さつま芋煮 ・果物	・軟飯 ・すまし汁(麩) ・肉じゃが ・ブロッコリー煮 ・果物	・豚肉うどん ・ササミケチャップ煮 ・ほうれん草和え物 ・かぼちゃ煮付け ・果物	・パン ・パンプキンスープ ・ポークビーンズ ・ブロッコリー煮 ・果物	・果物野菜入りおじゃ ・果物
3時のおやつ					
カップケーキ	豆腐のもちもちパン	お菓子	パンスティック	ヨーグルト	お菓子
5・19	6・20	7・21	8・22	9・23	10・24
・軟飯 ・味噌汁(豆腐) ・タラほぐし煮 ・かぼちゃ煮 ・ほうれん草煮 ・果物	・パン ・コーンスープ ・ササミほぐし煮 ・さつま芋煮 ・ブロッコリー煮 ・果物	・軟飯 ・すまし汁(麩) ・肉じゃが ・アスパラサラダ ・果物	・鶏肉うどん ・豆腐煮 ・ひじき煮 ・インゲン煮 ・果物	・軟飯 ・中華スープ ・鮭ほぐし煮 ・キャベツ煮 ・さつま芋煮 ・果物	・煮込みうどん ・果物
3時のおやつ					
お菓子	りんご	ジャムサンド	蒸しパン	バナナ	お菓子

《アスパラガスについて》

アスパラガスは春から初夏にかけてが旬です。ビタミン類やカリウムなどを多く含んでいますが茹でてでも流失しにくい特徴があります。また、疲労回復やスタミナ増強に効果のあるアミノ酸も豊富に含んでいます。旬のアスパラガスは甘味が強いので、油でさっと炒めたり、塩茹でにしたり、シンプルな調理法でいただきます♪



※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。