

2021年度 4月 離乳食献立表

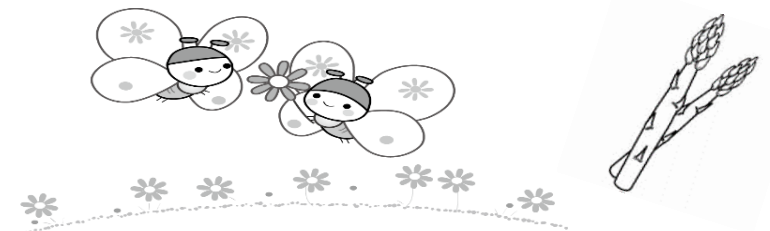
法光院こども園

《完了期》

月	火	水	木	金	土
12・26	13・27	14・28	1・15	2・16・30	17
・牛肉うどん ・鶏肉やわらか煮 ・人参スティック ・マッシュポテト ・果物	・ごはん ・豚汁 ・鮭ほぐし煮 ・切干大根煮 ・さつま芋煮 ・果物	・ごはん ・ビーフシチュー ・ウィンナー ・カリフラワーサラダ ・チーズ ・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 ・チンゲン菜煮 ・果物	・中華そば ・果物
3時のおやつ					
パインケーキ	豆腐のもちもちパン	お菓子	コンソメラスク	ヨーグルト	お菓子
5・19	6・20	7・21	8・22	9・23	10・24
・ごはん ・味噌汁 ・タラほぐし煮 ・南瓜そぼろあんかけ ・ほうれん草煮 ・果物	・パン ・コーンスープ ・ササミほぐし煮 ・柔かспаゲティ ・ブロッコリーサラダ ・果物	・ごはん ・ポークカレー ・ミートボール ・アスパラサラダ ・チーズ ・果物	・鶏肉うどん ・さばほぐし煮 ・ひじき煮 ・インゲンかつお和え ・果物	・ごはん ・中華スープ ・鮭ほぐし煮 ・キャベツツナ煮 ・さつま芋煮 ・果物	・煮込みうどん ・果物
3時のおやつ					
お菓子	おにぎり	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。