

給食献立表

令和8年4月		離乳初期		美園おひさま保育園	
日	曜	昼食	3色分類		
			赤(体をつくる・血や肉にな	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
1	水	十倍がゆ 豆腐 ブロッコリー 野菜スープ	豆腐	こめ	ブロッコリー はくさい たまねぎ
2	木	十倍がゆ 白身魚 キャベツ 野菜スープ	カレー	こめ	キャベツ こまつな にんじん
3	金	十倍がゆ お麩 こまつな 野菜スープ		こめ おふ	こまつな たまねぎ だいこん
4	土	十倍がゆ 豆腐 たまねぎ 野菜スープ	きぬ豆腐	こめ	たまねぎ にんじん こまつな
6	月	十倍がゆ 白身魚の じゃがいも 野菜スープ	カレー	こめ じゃがいも	はくさい だいこん たまねぎ
7	火	十倍がゆ お麩 さつまいも 野菜スープ		こめ さつまいも おふ	にんじん ほうれんそう
8	水	十倍がゆ 豆腐 キャベツ 野菜スープ	豆腐	こめ	きゃべつ たまねぎ にんじん
9	木	十倍がゆ 白身魚 人参 野菜スープ	カレー	こめ	たまねぎ にんじん だいこん きゃべつ
10	金	十倍がゆ お麩 こまつな 野菜スープ		こめ さつまいも おふ	こまつな にんじん たまねぎ
11	土	十倍がゆ 豆腐 玉ねぎ 野菜スープ	豆腐	こめ	にんじん キャベツ だいこん たまねぎ
13	月	十倍がゆ 白身魚 じゃがいも 野菜スープ	カレー	こめ じゃがいも	たまねぎ だいこん にんじん
14	火	十倍がゆ お麩 かぼちゃ 野菜スープ		こめ おふ	キャベツ たまねぎ にんじん かぼちゃ
15	水	十倍がゆ 豆腐 ブロッコリー 野菜スープ	豆腐	こめ	ブロッコリー たまねぎ キャベツ にんじん
16	木	十倍がゆ お麩 人参 野菜スープ		こめ おふ じゃがいも	にんじん たまねぎ
17	金	十倍がゆ 白身魚 キャベツ 野菜スープ	カレー	こめ	キャベツ たまねぎ にんじん こまつな
18	土	十倍がゆ 豆腐 さつまいも 野菜スープ	豆腐	こめ さつまいも	にんじん たまねぎ かぼちゃ
20	月	十倍がゆ 白身魚 人参 野菜スープ	カレー	こめ	にんじん たまねぎ
21	火	十倍がゆ お麩 だいこん 野菜スープ		こめ おふ	だいこん にんじん キャベツ たまねぎ
22	水	十倍がゆ 豆腐 ブロッコリー 野菜スープ	豆腐	こめ じゃがいも	ブロッコリー たまねぎ にんじん
23	木	十倍がゆ 白身魚 じゃがいも 野菜スープ	カレー	こめ じゃがいも	たまねぎ にんじん
24	金	十倍がゆ お麩 キャベツ 野菜スープ		こめ おふ	きゃべつ たまねぎ にんじん
25	土	十倍がゆ 豆腐 白菜 野菜スープ	豆腐	こめ	はくさい たまねぎ にんじん
27	月	十倍がゆ 白身魚 キャベツ 野菜スープ	カレー	こめ さつまいも おふ	にんじん たまねぎ キャベツ
28	火	十倍がゆ お麩 ブロッコリー 野菜スープ		こめ おふ	ブロッコリー にんじん たまねぎ
30	木	十倍がゆ 豆腐 人参 野菜スープ	豆腐	こめ	にんじん たまねぎ

ぐにゅるえんおめでとう

入園おめでとうございます！新しい環境の中で、お子さまが安心して食事を楽しめるよう、一人ひとりの発達に合わせた離乳食を提供していきます。
 食料の味や舌ざわりになれながら『食べる事って楽しい！』と感じられるよう工夫していきたいと思ひます！
 離乳食の進み具合や食べられる食材には個人差がありますのでご家庭の様子もお聞きしながら進めていきたいと思ひます。
 お子様のペースを大切にしながら、安心して食事ができるようサポートしていきます。

離乳食初期のポイント！

最初は食べなかったり、口から出したりするのですが、『慣れることが目的』なので少しずつ挑戦してみましょう！
 お米などはキューブ状で冷凍したり、根菜類はゆでた状態で冷凍し、そのまますりおろして使用することもできるので、おすすめです！
 (1週間程度で使い切るのをおすすめしています！)