

令和8年 4月離乳食献立予定表

※旬の食材一鱈・赤魚・キャベツ・ブロッコリー・かぶ・三つ葉
菜の花・アスパラ・筍・チンゲン菜・清見オレンジ
デコポン・いちご



山上保育園



給食だより



入園・進級おめでとうございます

穏やかな春の陽ざしに心とむ季節、新年度が始まりました。園での生活に慣れ、友たちとの食事の時間が待ち遠しく、楽しい時間になるよう努めて参ります。

新年度のスタートにあたり当園給食についてお知らせします。

●昼食・おやつは、出来るだけ手作りのもので、主食・主菜・副菜がそろい、肉や魚、卵などのたんぱく質、野菜類やビタミン、ミネラルなど栄養のバランスがとれる献立を心がけています。

●食物アレルギー対応食は、量や味も満足できるよう原因食品を代替えて提供します。

●詳しくは、4/1 配布資料、食の安全・離乳期の食事のすすめ方をご覧ください。

◎主食

0～2歳児 園で用意します。

3～5歳児 主食をご持参ください。

献立はご飯に合う内容を考えています。



◎持ち物

<お弁当箱>

冬期間は、ごはんを温めます。(4月と11月から3月)

耐熱性のあるアルミヤステンレス製の弁当箱をお願いします。

<ゴムバンド>

弁当のフタが開いてご飯がこぼれないよう弁当の大きさに合ったサイズ。

温飯器に入れる為、飾りのない平らなものでお願いします。

<ハンカチ>

お弁当を包みます。バンダナの大きさが、子ども達が包みやすく結びやすいようです。

園での離乳食は、記入していただいた離乳食状況表をもとに提供しています。乳幼児期は一生の味覚が決まると言われている大事な時期です。色々な食材に触れ、薄味で素材の味を生かした美味しい食事作りを心がけていきたいと思っております。どうぞよろしく願いいたします。

日付	中期 献立名	後期 献立名	材料
1日	★ 入園・進級式 ★		
2日 16日	白粥・鮭のだし煮 大根煮 豆腐汁	軟飯・ぶりの照り焼き 大根と人参煮 豆腐の味噌汁(果物)	ぶり・醤油・きび砂糖(後期) 大根・人参・醤油・みりん 豚肉・大根・豆腐・味噌・鰹節・昆布
3日 17日	白粥・鶏肉とさつま芋の煮物 ひきわり納豆 小松菜のお浸し キャベツ汁	軟飯・鶏肉とさつま芋の煮物 ひきわり納豆 小松菜のお浸し キャベツの味噌汁(果物)	鶏肉・さつま芋・人参・醤油・みりん(後期) ひきわり納豆 小松菜・人参・醤油 キャベツ・玉ねぎ・しめじ・麩・鰹節・昆布
4日 18日	白粥・豚ひき肉のそぼろ煮 キャベツのコーンとえ 豆腐汁	軟飯・じゃが芋のそぼろ煮 キャベツのコーンとえ 豆腐の味噌汁(果物)	じゃが芋・人参・玉ねぎ・豚ひき肉・醤油・みりん(後期) キャベツ・人参・コーン・醤油 豆腐・ネギ・味噌・鰹節・昆布
6日 20日	白粥・かぼちゃと豚肉煮 ほうれん草煮 じゃが玉汁	軟飯・豚肉の甘辛煮 ほうれん草のお浸し じゃが玉汁(果物)	豚肉・玉ねぎ・醤油・きび砂糖(後期) ほうれん草・人参・醤油 じゃが芋・玉ねぎ・麩・味噌・鰹節・昆布
7日 21日	白粥・赤魚のだし煮 さつま芋煮 かぶ汁	軟飯・赤魚煮 さつま芋と人参煮 かぶの味噌汁(果物)	赤魚・醤油・みりん(後期) さつま芋・人参・醤油 かぶ・しめじ・麩・味噌・鰹節・昆布
9日 23日	白粥・たらのだし煮 マッシュポテト すまし汁	軟飯・鱈の味噌煮 ポテトサラダ すまし汁(果物)	鱈・味噌・みりん(後期) じゃが芋・玉ねぎ・人参・コーン・塩 豆腐・しめじ・三つ葉・醤油・鰹節・昆布
10日 24日	白粥・ツナじゃが キャベツ煮 玉ねぎ汁	軟飯・ツナじゃが キャベツと人参のサラダ レタスの味噌汁(果物)	じゃが芋・玉ねぎ・ツナ缶・醤油(後期) キャベツ・人参・コーン・ノンエッグマヨ レタス・玉ねぎ・えのき・麩・味噌・鰹節・昆布
11日 25日	白粥・牛肉のそぼろ煮 お浸し 大根汁	軟飯・牛肉の甘辛煮 お浸し 大根の味噌汁(果物)	牛肉・玉ねぎ・醤油・きび砂糖(後期) ほうれん草・人参・醤油 大根・しめじ・麩・味噌・鰹節・昆布
13日 27日	白粥・鶏肉とほうれん草煮 カボチャ煮 豆腐汁	軟飯・アスパラと牛肉炒め カボチャと人参煮 豆腐の味噌汁(果物)	アスパラ・キャベツ・牛肉・醤油・みりん(後期) カボチャ・人参・醤油 豆腐・ネギ・味噌・鰹節・昆布
14日 28日	白粥・鱈のだし煮 小松菜煮 里芋汁	軟飯・鱈の味噌煮 小松菜の炒め煮 里芋の味噌汁(果物)	鱈・味噌・きび砂糖(後期) 小松菜・玉ねぎ・人参・菜種油・醤油 里芋・大根・人参・しめじ・味噌・鰹節・昆布
8日	白粥・鶏肉のくずあんかけ 大根煮 ほうれん草汁	軟飯・鶏肉の照り焼き 大根と人参煮 ほうれん草の味噌汁(果物)	鶏肉・醤油・きび砂糖(後期) 大根・人参・醤油・みりん ほうれん草・玉ねぎ・麩・味噌・鰹節・昆布
15日	白粥・肉団子 ほうれん草煮 もやし汁	軟飯・肉団子 青のり和え もやしの味噌汁(果物)	豚挽き肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・片栗粉・醤油・きび砂糖(後期) キャベツ・ほうれん草・人参・青のり・醤油 もやし・人参・麩・味噌・鰹節・昆布
30日	白粥・赤魚煮 漬さつま芋 キャベツ汁	軟飯・赤魚煮 さつま芋のサラダ チンゲン菜の味噌汁(果物)	赤魚・醤油・みりん(後期) さつま芋・人参・コーン・ノンエッグマヨ チンゲン菜・えのき・油揚げ・味噌・鰹節・昆布
22日 誕生会	白粥・豚そぼろ煮 キャベツ煮 じゃが芋汁	混ぜ御飯 ハンバーグ 春野菜のお浸し じゃが芋とわかめの味噌汁(果物)	白米・わかめ 豚挽き肉・玉ねぎ・パン粉・ケチャップ(後期) キャベツ・アスパラ・菜の花・醤油 じゃが芋・わかめ・醤油・鰹節・昆布

※果物とおやつは、離乳食の進み具合によって個々に合わせて提供します。
※午前のおやつは、赤ちゃんせんべい等無添加でアレルギーにも配慮した内容です。
◎お米は、土作りからこだわった特別栽培米、農薬9割減、米沢で収穫されたお米を使用しています。
◎献立は食材の都合により変更することがあります。