



# 2023年 4月 離乳食 予定献立表



この花ナーサリ ・ この花KidsRoom

日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
1 (土)	昼食	おかゆ 豆腐のマーボ煮 キャベツとツナのだし煮 みそ汁 (冬瓜)	おかゆ 豆腐のマーボ煮 キャベツとツナのだし煮 みそ汁 (冬瓜)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 にんじんペースト 野菜スープ(キャベツ・玉ねぎ・にんじん)	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ツナ缶 キャベツ きゅうり とうがん
	おやつ	野菜雑炊 りんご (おろし)			おかゆ ほうれんそう にんじん りんご
3 (月)	昼食	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 ひじきとじゃがいもの煮物 白菜スープ	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 じゃがいもの煮物 白菜スープ	おかゆ にんじんペースト じゃがいもペースト 野菜スープ (白菜・にんじん・大根)	米 鶏肉 だいこん にんじん いんげん ひじき じゃがいも はくさい
	おやつ	さつまいもココロコ みかん缶			さつまいも みかん缶
4 (火)	昼食	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 ほうれん草とにんじんの煮物 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 ほうれん草とにんじんの煮物 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 キング 豆腐 ほうれんそう にんじん キャベツ
	おやつ	わかめ粥 バナナ			米 わかめ バナナ
5 (水)	昼食	おかゆ 豚肉と野菜のトマト煮 大根としらすの煮物 かつおだし汁	おかゆ 野菜のトマト煮 大根としらすの煮物 かつおだし汁	おかゆ 玉ねぎ・トマトペースト 大根ペースト かつおだし汁	米 豚肉 ビーマン たまねぎ にんじん トマト だいこん しらす干し だし汁
	おやつ	コーン粥 りんご (おろし)			米 クリームコーン缶 りんご
6 (木)	昼食	おかゆ 豆腐のあんかけ キャベツのだし煮 玉ねぎスープ	おかゆ 豆腐のあんかけ キャベツのだし煮 玉ねぎスープ	おかゆ ほうれん草ペースト キャベツペースト 野菜スープ (玉ねぎ)	米 豆腐 たまねぎ にんじん えだまめ キャベツ ほうれんそう 玉ねぎ
	おやつ	ササミ粥 ももピューレ			米 鶏ササミ もも
7 (金)	昼食	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 マッシュポテトサラダ みそ汁 (とうがん)	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 マッシュポテトサラダ みそ汁 (とうがん)	おかゆ にんじんペースト ポテトペースト かつおだし汁	米 鶏もも肉 だいこん たまねぎ にんじん じゃがいも にんじん きゅうり 豆乳 とうがん
	おやつ	一口おにぎり (青のり) りんご (おろし)			米 青のり粉 りんご
8 (土)	昼食	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 白菜のやわらか煮 かつおだし汁	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 白菜のやわらか煮 かつおだし汁	おかゆ 白身魚とかぼちゃのペースト 白菜ペースト かつおだし汁	米 キング かぼちゃ 豚肉 はくさい たまねぎ にんじん いんげん だし汁
	おやつ	にんじん粥 バナナ			米 にんじん バナナ
10 (月)	昼食	おかゆ 野菜の豆乳シチュー ササミの肉団子 かつおだし汁	おかゆ 野菜の豆乳シチュー ササミの肉団子 (あんかけ) かつおだし汁	おかゆ ポテトペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん フロccoliー 豆乳 ささ身 だし汁
	おやつ	ひじき雑炊			米 ひじき にんじん
11 (火)	昼食	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 キャベツとにんじんの煮物 みそ汁 (大根・わかめ)	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 キャベツとにんじんの煮物 みそ汁 (大根・わかめ)	おかゆ 魚と豆腐のペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 キング 豆腐 キャベツ にんじん 大根 わかめ
	おやつ	青菜粥 バナナ			米 ほうれん草 バナナ
12 (水)	昼食	煮込みうどん かぼちゃの甘煮 みかん缶	煮込みうどん かぼちゃの甘煮 みかん缶	おかゆ にんじんペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 うどん (小麦) ささ身 にんじん キャベツ かぼちゃ みかん缶 だし汁
	おやつ	しらす粥 ゆで野菜 (スティックにんじん)			米 しらす にんじん
13 (木)	昼食	おかゆ 白身魚とじゃがいもの煮物 とうがんの煮物 みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 白身魚とじゃがいもの煮物 とうがんの煮物 みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 白身魚とポテトのペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 キング じゃがいも とうがん にんじん いんげん たまねぎ わかめ
	おやつ	一口おにぎり (あおのり) ヨーグルト			米 あおのり ヨーグルト (乳)
14 (金)	昼食	おかゆ 豆腐とレバーのとろみ煮 マカロニのコーンクリーム煮 みそ汁 (はくさい)	おかゆ 豆腐とレバーのとろみ煮 マカロニのコーンクリーム煮 みそ汁 (はくさい)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 キャベツとコーンのペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏レバー ほうれんそう マカロニ キャベツ クリームコーン 白菜
	おやつ	野菜雑炊 バナナ			おかゆ ほうれんそう にんじん バナナ

※ 児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。



# 2023年 4月 離乳食 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom



日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
15 (土)	昼食	おかゆ 鶏団子と野菜の煮物 マッシュポテト (レバー入り) みそ汁 (豆腐・わかめ)	おかゆ 鶏団子と野菜の煮物 マッシュポテト みそ汁 (豆腐・わかめ)	おかゆ にんじんペースト ポテトペースト かつおだし汁	米 ささ身 にんじん たまねぎ いんげん 豚レバー じゃがいも にんじん 豆腐 わかめ
	おやつ	煮込みうどん			うどん (小麦) ささ身 にんじん ほうれんそう
17 (月)	昼食	おかゆ マカロニのトマト煮 キャベツと豆腐の煮物 冬瓜スープ	おかゆ マカロニのトマト煮 キャベツと豆腐の煮物 冬瓜スープ	おかゆ じゃがいも・トマトペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 マカロニ 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん ピーマン トマト 豆腐 キャベツ にんじん 冬瓜
	おやつ	食パン 野菜スープ			食パン 豆腐 キャベツ たまねぎ にんじん
18 (火)	昼食	おかゆ ツナと白菜のやわらか煮 じゃがいもと青菜の煮物 みそ汁 (玉ねぎ)	おかゆ ツナと白菜のやわらか煮 じゃがいもと青菜の煮物 みそ汁 (玉ねぎ)	おかゆ 野菜ペースト じゃがいも・青菜ペースト かつおだし汁	米 ツナ缶 はくさい たまねぎ にんじん じゃがいも ほうれんそう たまねぎ
	おやつ	ポロポロジュシー			おかゆ ひじき にんじん
19 (水)	昼食	おかゆ 白身魚のおろし煮 麩とキャベツの煮物 みそ汁 (じゃが芋・こまつな)	おかゆ 白身魚のおろし煮 麩とキャベツの煮物 みそ汁 (じゃが芋・こまつな)	おかゆ 白身魚のおろし煮 (ペースト) にんじんペースト かつおだし汁	米 キング だいこん 豚肉 麩 キャベツ にんじん じゃがいも こまつな
	おやつ	わかめ粥 みかん			米 わかめ みかん缶
20 (木)	昼食	 <b>お誕生会 (お弁当)</b> 			 <b>お誕生日 おめでとう</b>
	おやつ	煮込みうどん ゆで野菜 (スティックにんじん)			うどん (小麦) ささ身 にんじん ほうれんそう にんじん
21 (金)	昼食	おかゆ さつまいもといんげんの煮物 いり豆腐煮 みそ汁 (はくさい)	おかゆ さつまいもといんげんの煮物 いり豆腐煮 みそ汁 (はくさい)	おかゆ さつまいもペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 さつまいも にんじん いんげん 豆腐 ほうれんそう にんじん 白菜
	おやつ	一口おにぎり (わかめ) バナナ			米 わかめ バナナ
22 (土)	昼食	おかゆ 白身魚と野菜のとりみ煮 キャベツとササミの煮物 みそ汁 (だいこん)	おかゆ 白身魚と野菜のとりみ煮 キャベツとササミの煮物 みそ汁 (だいこん)	おかゆ 白身魚とにんじんのペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 キング たまねぎ にんじん ピーマン ささ身 キャベツ にんじん 大根
	おやつ	もずく雑炊 みかん			米 もずく にんじん みかん缶
24 (月)	昼食	野菜煮込みうどん 豆腐とかぼちゃ煮 りんご (スライス)	野菜煮込みうどん 豆腐とかぼちゃ煮 りんごのおろし煮	おかゆ ほうれんそうペースト かぼちゃペースト おろしりんご煮	うどん (小麦) ツナ缶 ほうれんそう たまねぎ にんじん かぼちゃ 豆腐 りんご
	おやつ	にんじん粥 みかん			米 にんじん みかん缶
25 (火)	昼食	おかゆ 白身魚とさつまいもの煮物 ひじきとキャベツの煮物 玉ねぎスープ	おかゆ 白身魚とさつまいもの煮物 キャベツのだし煮 玉ねぎスープ	おかゆ さつまいもペースト キャベツ・にんじんペースト かつおだし汁	米 キング さつまいも いんげん ひじき 豚肉 キャベツ にんじん 玉ねぎ
	おやつ	野菜雑炊			米 にんじん ほうれん草
26 (水)	昼食	おかゆ 鶏肉じゃが キャベツとしらすの煮物 かつおだし汁	おかゆ 鶏肉じゃが キャベツとしらすの煮物 かつおだし汁	おかゆ ポテトペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しらす干し キャベツ だし汁
	おやつ	一口おにぎり (わかめ) バナナ			米 わかめ バナナ
27 (木)	昼食	おかゆ 白身魚とポテトの煮物 ほうれん草のだし煮 みそ汁 (大根・わかめ)	おかゆ 白身魚とポテトの煮物 ほうれん草のだし煮 みそ汁 (大根・わかめ)	おかゆ 白身魚とポテトのペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 キング じゃがいも ほうれんそう にんじん だいこん わかめ
	おやつ	コーン粥 ももピューレ			おかゆ クリームコーン もも
28 (金)	昼食	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 豆腐の野菜あんかけ みそ汁 (もずく)	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 豆腐の野菜あんかけ みそ汁 (もずく)	おかゆ 大根・にんじんペースト 豆腐のつぶし煮 かつおだし汁	米 鶏肉 だいこん にんじん いんげん 豆腐 こまつな たまねぎ もずく
	おやつ	食パン トマトスープ			食パン 鶏ひき肉 ホールトマト たまねぎ だいこん にんじん

☆ 今年度もどうぞよろしくお願ひします ☆



# まっくしゅくだより

令和5年4月  
この花ナーサリ  
この花KidsRoom

## ご入園・ご進級おめでとうございます

ドキドキわくわくの4月がスタートしました。新しいクラス、新しいお友達、新しい環境で、不安や緊張もあると思いますが、食事の時間だけは心落ち着くひとときであってほしいと思います。おいしいお食事、楽しい食事環境を作っていけるよう、今年度も頑張っていきたいと思っております。早く園での生活に慣れ、子どもたちがお友達との食事時間を楽しく過ごせますように…。今年度もどうぞよろしくお願い致します。

### この花ナーサリの キッチンでは…

幼児食、離乳食（初期食・中期食・後期食）、おやつ、アレルギー対応食、行事食…などを作っています。各クラスの子もたちの発達に合わせた大きさや硬さでお食事を提供できるよう心がけています。

### ～離乳食を食べるお子様へ～

園では食物アレルギーによる事故予防の観点から、お子様がご家庭で未摂取の食材は基本園での提供ができません。その確認のために毎月「離乳食食材確認表」にお子様食べて問題のなかった食材に○のご記入をよろしくお願ひします。月齢により食べ進められる食材も限られてくると思いますが、ぜひ積極的に食べ進めていただきますようご協力よろしくお願ひします。



## ～ 毎月第3木曜日はお弁当の日です ～



本園では毎月第3木曜日がお誕生会&お弁当の日となっています（祝日や園行事等の関係で変更になることもあります）。子ども達が毎月楽しみにしているお弁当の日。楽しく安全にお食事ができるようご協力よろしくお願ひいたします。

### <お弁当作りのポイント>

- ①子どもに合った食材か  
→ ご家庭で食べ慣れている食材だと子どもたちも安心して食べられます。
- ②子どもの口の大きさに合っているか  
→ 誤嚥につながりやすいプチトマト・ぶどうなど球体のものは1/2～1/4にカットしましょう。
- ③お弁当箱の大きさ・量は適切か  
→ 子どもが確実に食べられる量にしてあげると完食したときに達成感を感じられます。

### ☆お弁当箱の大きさの目安☆

1～2歳児 350ml程度      3～5歳児 400～450ml程度



4月のお弁当の日

4/20 (木)

ご協力よろしくお願ひします♪

