



離乳食ごちそうだより 4月 前期



2019

玉湯さくら保育園

	月	火	水	木	金	土
昼食	<p>入園式</p> 	<p>2 おかゆ 米・水</p> <p>鶏煮込み 白菜・人参・玉ねぎ・ささ身・だし</p> <p>さつま芋の甘煮 さつま芋・だし</p> <p>春キャベツ汁 キャベツ・胡瓜・人参・だし・味噌</p>	<p>3 おかゆ 米・水</p> <p>白身魚煮 白身魚・だし</p> <p>白菜のペースト 白菜・人参・だし</p> <p>じゃが芋汁 じゃが芋・玉ねぎ・人参・だし</p>	<p>4 おかゆ 米・水</p> <p>マーボー豆腐 木綿豆腐・玉ねぎ・だし</p> <p>ほうれん草のペースト ほうれん草・人参・コーン・だし</p> <p>スープ 大根・人参・だし</p>	<p>5 おかゆ 米・水</p> <p>洋風煮込み ささ身・玉ねぎ・じゃが芋・人参・だし</p> <p>胡瓜のペースト 胡瓜・だし</p> <p>豆腐汁 木綿豆腐・玉ねぎ・人参・だし</p>	<p>6 おかゆ 米・水</p> <p>根菜煮 ささ身・さつま芋・だし</p> <p>白菜汁 白菜・人参・だし</p>
昼食	<p>8 おかゆ 米・水</p> <p>高野豆腐の煮物 凍り豆腐・だし</p> <p>春キャベツサラダ キャベツ・人参・胡瓜・だし</p> <p>中華汁 ささみ・コーン・人参・だし</p>	<p>9 さくらまつり おべんとうの日</p> 	<p>10 おかゆ 米・水</p> <p>煮魚 白身魚・だし</p> <p>小松菜サラダ 小松菜・だし</p> <p>豆腐汁 木綿豆腐・だし</p>	<p>11 おかゆ 米・水</p> <p>豆腐焼き 木綿豆腐・キャベツ・だし</p> <p>人参サラダ 胡瓜・人参・コーン・だし</p> <p>玉ねぎ汁 玉ねぎ・人参・だし</p>	<p>12 おかゆ 米・水</p> <p>こひき芋 じゃが芋・だし</p> <p>サラダ レタス・胡瓜・人参・ツナ・だし</p> <p>白菜汁 白菜・玉ねぎ・人参・だし</p>	<p>13 おかゆ 米・水</p> <p>大根と鶏肉の煮物 大根・ささ身・だし</p> <p>けんちん汁 木綿豆腐・里芋・人参・菜ねぎ・だし</p>
昼食	<p>15 おかゆ 米・水</p> <p>白身のコーン煮 白身魚・玉ねぎ・クリームコーン</p> <p>人参ペースト 人参・だし</p> <p>豆腐汁 木綿豆腐・玉ねぎ・だし</p>	<p>16 おかゆ 米・水</p> <p>豆腐あんかけ 木綿豆腐・人参・だし・片栗粉</p> <p>トマトサラダ トマト・胡瓜・だし</p> <p>大根汁 大根・人参・だし</p>	<p>17 おかゆ 米・水</p> <p>白身魚の磯煮 ちくわ・青のり・だし</p> <p>ほうれん草のサラダ ほうれん草・人参・ツナ・だし</p> <p>野菜汁 玉ねぎ・人参・だし</p>	<p>18 おかゆ 米・水</p> <p>芋煮 じゃが芋・だし</p> <p>キャベツサラダ ほうれん草・人参・キャベツ・だし</p> <p>トマトスープ 玉ねぎ・人参・トマト缶・だし</p>	<p>19 おかゆ 米・水</p> <p>ささ身煮 ささ身・片栗粉・だし</p> <p>サラダ 人参・胡瓜・ツナ・だし</p> <p>人参汁 玉ねぎ・人参・だし</p>	<p>20 おかゆ 米・水</p> <p>鶏の野菜煮 ささ身・人参・玉ねぎ・ピーマン・だし</p> <p>白菜汁 玉ねぎ・人参・大根・白菜・だし</p>
昼食	<p>22 おかゆ 米・水</p> <p>肉じゃが ささ身・じゃが芋・玉ねぎ・人参・だし</p> <p>キャベツのペースト 胡瓜・キャベツ・だし</p> <p>玉ねぎ汁 玉ねぎ・人参・だし</p>	<p>23 おかゆ 米・水</p> <p>肉の野菜煮 ささ身・玉ねぎ・人参・だし</p> <p>胡瓜ペースト 胡瓜・だし</p> <p>春野菜のスープ キャベツ・玉ねぎ・人参・だし</p>	<p>24 おかゆ 米・水</p> <p>厚焼き豆腐あんかけ 木綿豆腐・だし</p> <p>ほうれん草サラダ ほうれん草・人参・ツナ・だし</p> <p>かぼちゃ汁 人参・かぼちゃ・だし</p>	<p>25 誕生会 おかゆ 米・水</p> <p>ささ身煮 ささ身・だし・片栗粉</p> <p>コールスローサラダ キャベツ・胡瓜・だし</p> <p>スープ 人参・白菜・だし</p>	<p>26 おかゆ 米・水</p> <p>魚煮 白身魚・だし</p> <p>かぶのサラダ かぶ・大根・胡瓜・だし</p> <p>すまし汁 木綿豆腐・人参・玉ねぎ・だし</p>	<p>27 おかゆ 米・水</p> <p>お肉の洋風煮 ささ身・人参・玉ねぎ・だし</p> <p>野菜スープ 白菜・玉ねぎ・人参・だし</p>

※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には
午前中にお菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。





離乳食ごちそうだより 4月 中期



2019
玉湯さくら保育園

	月	火	水	木	金	土
<p>屋食</p> <p>入園式</p> 		<p>2</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>鶏煮込み</p> <p>白菜・人参・玉ねぎ・葉ねぎ・鶏肉・だし・醤油・塩・みりん</p> <p>さつま芋の甘煮</p> <p>さつま芋・砂糖・醤油・水</p> <p>春キャベツ汁</p> <p>キャベツ・胡瓜・人参・だし・味噌</p>	<p>3</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>白身魚チリ</p> <p>白身魚・片栗粉・油・ケチャップ・砂糖・醤油・だし</p> <p>白菜のごま和え</p> <p>白菜・人参・かつお節・砂糖・醤油・ごま</p> <p>豆乳みそ汁</p> <p>じゃが芋・玉ねぎ・人参・葉ねぎ・だし・味噌・豆乳</p>	<p>4</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>木綿豆腐・玉ねぎ・ねぎ・水・醤油・味噌・砂糖・酒・片栗粉</p> <p>ほうれん草のナムル</p> <p>ほうれん草・人参・コーン・醤油・ごま・食塩</p> <p>スープ</p> <p>大根・ねぎ・だし・食塩</p>	<p>5</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>洋風煮込み</p> <p>ささ身・玉ねぎ・じゃが芋・人参・コンソメ・水</p> <p>胡瓜の酢の物</p> <p>胡瓜・もやし・わかめ・酢・砂糖・塩</p> <p>みそ汁</p> <p>木綿豆腐・玉ねぎ・人参・だし・味噌</p>	<p>6</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>根菜煮</p> <p>ささ身・人参・さつま芋・だし・醤油・酒・みりん</p> <p>みそ汁</p> <p>もやし・白菜・葉ねぎ・だし・味噌</p>
	<p>8</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>高野豆腐の煮物</p> <p>凍り豆腐・だし・塩・砂糖・酒・みりん・醤油</p> <p>春キャベツのごま酢和え</p> <p>キャベツ・人参・胡瓜・酢・砂糖・塩・ごま</p> <p>中華汁</p> <p>ささみ・コーン缶・もやし・チンゲン菜・人参・ねぎ・だし・醤油・塩</p>	<p>9</p> <p>さくらまつり</p> <p>おべんとうの日</p> 	<p>10</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>魚の塩焼き</p> <p>白身魚・塩</p> <p>小松菜サラダ</p> <p>小松菜・もやし・醤油・砂糖・ごま</p> <p>みそ汁</p> <p>木綿豆腐・葉ねぎ・だし・醤油・塩</p>	<p>11</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>納豆焼き</p> <p>木綿豆腐・納豆・キャベツ・かつお節・青のり・醤油・みりん</p> <p>れんこんサラダ</p> <p>レンコン・胡瓜・人参・かつお節・コーン・醤油・砂糖・ごま</p> <p>みそ汁</p> <p>切干大根・玉ねぎ・人参・葉ねぎ・だし・味噌</p>	<p>12</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>こぶき芋</p> <p>じゃが芋・コーン缶・塩</p> <p>サラダ</p> <p>レタス・胡瓜・人参・ツナ・醤油・酢・砂糖</p> <p>白菜汁</p> <p>白菜・玉ねぎ・人参・鶏がらだし・塩・醤油・砂糖・片栗粉</p>	<p>13</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>大根と鶏肉の煮物</p> <p>大根・鶏肉・だし・醤油・みりん・酒</p> <p>けんちん汁</p> <p>木綿豆腐・里芋・人参・葉ねぎ・だし・醤油・塩・酒</p>
<p>15</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>鮭コーン焼</p> <p>鮭・塩・玉ねぎ・クリームコーン</p> <p>きんぴらにんじん</p> <p>人参・醤油・砂糖・みりん・ごま</p> <p>みそ汁</p> <p>木綿豆腐・玉ねぎ・ねぎ・だし・味噌</p>	<p>16</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>豆腐の中華あんかけ</p> <p>木綿豆腐・人参・もやし・醤油・酒・みりん・片栗粉・ごま油</p> <p>はるさめサラダ</p> <p>春雨・トマト・胡瓜・酢・砂糖・醤油・ごま</p> <p>五目汁</p> <p>大根・人参・里芋・ねぎ・だし・醤油・塩</p>	<p>17</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>白身魚の磯煮</p> <p>ちくわ・青のり・だし・醤油・みりん・酒</p> <p>ほうれん草のサラダ</p> <p>ほうれん草・人参・ツナ・醤油・砂糖</p> <p>みそ汁</p> <p>玉ねぎ・人参・葉ねぎ・だし・味噌</p>	<p>18</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>こぶき芋</p> <p>じゃが芋・青のり・塩</p> <p>納豆サラダ</p> <p>ひきわり納豆・ほうれん草・人参・キャベツ・味噌・醤油</p> <p>トマトスープ</p> <p>玉ねぎ・人参・グリーンピース・トマト缶・コンソメ・塩</p>	<p>19</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>レバーの醤油煮</p> <p>鶏もも・鶏レバー・片栗粉・醤油・砂糖・酒・水</p> <p>切干大根サラダ</p> <p>切干大根・人参・胡瓜・ツナ・酢・砂糖・醤油</p> <p>みそ汁</p> <p>玉ねぎ・人参・だし・味噌</p>	<p>20</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>鶏団子煮</p> <p>鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・塩・コンソメ・水</p> <p>みそ汁</p> <p>玉ねぎ・人参・葉ねぎ・大根・白菜・だし・味噌</p>	
<p>22</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>肉じゃが</p> <p>ささ身・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース・水・醤油・酒・みりん・砂糖</p> <p>胡瓜のゆかり和え</p> <p>胡瓜・キャベツ・ゆかり・醤油</p> <p>みそ汁</p> <p>玉ねぎ・人参・だし・味噌</p>	<p>23</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>肉のトマト煮</p> <p>ささ身・塩・玉ねぎ・人参・ケチャップ・コンソメ・砂糖</p> <p>切干大根磯和え</p> <p>切干大根・玉ねぎ・胡瓜・塩・砂糖・醤油・漬きのり</p> <p>春野菜のスープ</p> <p>キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン・水・コンソメ・塩</p>	<p>24</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>厚焼き豆腐あんかけ</p> <p>木綿豆腐・砂糖・醤油・塩・だし</p> <p>ほうれん草のツナ和え</p> <p>ほうれん草・もやし・人参・ツナ・酢・醤油・砂糖・ごま</p> <p>みそ汁</p> <p>人参・かぼちゃ・ねぎ・だし・味噌</p>	<p>25 誕生会</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>ささ身煮</p> <p>ささ身・だし・醤油・砂糖・酒・片栗粉</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>キャベツ・胡瓜・コーン・酢・砂糖・塩・油</p> <p>豆乳スープ</p> <p>人参・葉ねぎ・白菜・豆乳・水・塩・コンソメ</p>	<p>26</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>魚の味噌煮</p> <p>白身魚・味噌・みりん・砂糖</p> <p>かぶのおかか和え</p> <p>かぶ・大根・胡瓜・醤油・かつお節</p> <p>すまし汁</p> <p>木綿豆腐・人参・玉ねぎ・葉ねぎ・だし・醤油・酒・塩</p>	<p>27</p> <p>おかゆ</p> <p>米・水</p> <p>お肉の洋風煮</p> <p>鶏もも・人参・玉ねぎ・ケチャップ・コーン・グリーンピース・コンソメ</p> <p>野菜スープ</p> <p>白菜・玉ねぎ・人参・葉ねぎ・コンソメ・塩・水</p>	

※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には
午前中にお菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつかます。





離乳食ごちそうだより 4月 後期



2019

玉湯さくら保育園

	月	火	水	木	金	土
昼食	入園式 	2 軟飯 米・水 鶏煮込み 白菜・人参・玉ねぎ・しめじ・栗ねぎ・鶏肉・だし・醤油・塩・みりん さつま芋の甘煮 さつま芋・砂糖・醤油・水 春キャベツ汁 キャベツ・胡瓜・人参・だし・味噌	3 軟飯 米・水 赤魚チリ 赤魚・片栗粉・油・ケチャップ・砂糖・醤油・だし 白菜のごま和え 白菜・人参・かつお節・砂糖・醤油・ごま 豆乳みそ汁 じゃが芋・玉ねぎ・人参・栗ねぎ・だし・味噌・豆乳	4 軟飯 米・水 マーボー豆腐 木綿豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ・ねぎ・水・醤油・味噌・砂糖・酒・片栗粉 ほうれん草のナムル ほうれん草・人参・もやし・コーン・醤油・ごま・食塩 はるさめスープ 春雨・大根・ねぎ・わかめ・だし・食塩	5 軟飯 米・水 洋風煮込み 豚肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・しめじ・コンソメ・水 胡瓜の酢の物 胡瓜・もやし・わかめ・酢・砂糖・塩 みそ汁 木綿豆腐・玉ねぎ・人参・だし・味噌	6 軟飯 米・水 根菜煮 豚肉・人参・ごぼう・さつま芋・だし・醤油・酒・みりん みそ汁 もやし・白菜・栗ねぎ・えのき・だし・味噌
	8 軟飯 米・水 高野豆腐の煮物 凍り豆腐・だし・塩・砂糖・酒・みりん・醤油 春キャベツのごま酢和え キャベツ・人参・胡瓜・酢・砂糖・塩・ごま 中華汁 豚肉・コーン缶・もやし・チンゲン菜・人参・干し椎茸・ねぎ・だし・醤油・塩	9 さくらまつり おべんとうの日 	10 軟飯 米・水 魚の塩焼き 白身魚・塩 小松菜サラダ 小松菜・もやし・醤油・砂糖・ごま みそ汁 木綿豆腐・えのき・栗ねぎ・だし・醤油・塩	11 軟飯 米・水 納豆入り豚べえ焼き 木綿豆腐・納豆・豚肉・キャベツ・かつお節・青のり・醤油・みりん れんこんサラダ レンコン・胡瓜・人参・かつお節・コーン・醤油・砂糖・ごま みそ汁 切干大根・玉ねぎ・人参・栗ねぎ・だし・味噌	12 軟飯 米・水 こぶき芋 じゃが芋・コーン缶・塩 ひじきサラダ レタス・ひじき・胡瓜・人参・ツナ・醤油・酢・砂糖 八宝汁 豚肉・白菜・玉ねぎ・人参・しいたけ・鶏がらだし・塩・醤油・砂糖・片栗粉	13 軟飯 米・水 大根と鶏肉の煮物 大根・鶏肉・だし・醤油・みりん・酒 けんちん汁 木綿豆腐・里芋・人参・ごぼう・椎茸・栗ねぎ・だし・醤油・塩・酒
昼食	15 軟飯 米・水 鮭コーン焼 鮭・塩・玉ねぎ・クリームコーン きんぴらごぼう ごぼう・人参・醤油・砂糖・みりん・ごま みそ汁 木綿豆腐・なめこ・玉ねぎ・ねぎ・だし・味噌	16 軟飯 米・水 豆腐の中華あんかけ 豚ひき肉・木綿豆腐・人参・もやし・醤油・酒・みりん・片栗粉・ごま油 春雨サラダ 春雨・トマト・胡瓜・酢・砂糖・醤油・ごま 五目汁 大根・ごぼう・人参・里芋・ねぎ・だし・醤油・塩	17 軟飯 米・水 白身魚の磯煮 ちくわ・青のり・だし・醤油・みりん・酒 ほうれん草とひじきのサラダ ほうれん草・ひじき・人参・ツナ・醤油・砂糖 みそ汁 玉ねぎ・人参・栗ねぎ・だし・味噌	18 軟飯 米・水 こぶき芋 じゃが芋・青のり・塩 納豆サラダ ひきわり納豆・ほうれん草・人参・キャベツ・味噌・醤油 トマトスープ 玉ねぎ・人参・グリーンピース・トマト缶・コンソメ・塩	19 軟飯 米・水 レバーの醤油煮 鶏もも・鶏レバー・片栗粉・醤油・砂糖・酒・水 切干大根サラダ 切干大根・人参・胡瓜・ツナ・酢・砂糖・醤油 みそ汁 玉ねぎ・人参・わかめ・だし・味噌	20 軟飯 米・水 鶏団子煮 鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・ピーマン・塩・コンソメ・水 みそ汁 玉ねぎ・人参・えのき・栗ねぎ・大根・白菜・だし・味噌
	22 軟飯 米・水 肉じゃが 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・グリーンピース・水・醤油・酒・みりん・砂糖 胡瓜のゆかり和え 胡瓜・キャベツ・ゆかり・醤油 みそ汁 わかめ・玉ねぎ・人参・だし・味噌	23 軟飯 米・水 肉団子のトマト煮 合い挽き肉・塩・玉ねぎ・人参・ケチャップ・コンソメ・砂糖 切干大根磯和え 切干大根・玉ねぎ・胡瓜・塩・砂糖・醤油・焼きのり 春野菜のスープ キャベツ・玉ねぎ・人参・コーン・水・コンソメ・塩	24 軟飯 米・水 厚焼き豆腐あんかけ 木綿豆腐・砂糖・醤油・塩・だし ほうれん草のツナ和え ほうれん草・もやし・人参・ツナ・酢・醤油・砂糖・ごま みそ汁 人参・かぼちゃ・えのき・ねぎ・だし・味噌	25 誕生会 軟飯 米・水 ささ身煮 ささ身・だし・醤油・砂糖・酒・片栗粉 コールスローサラダ キャベツ・胡瓜・コーン・酢・砂糖・塩・油 豆乳スープ 人参・えのき・栗ねぎ・白菜・豆乳・水・塩・コンソメ	26 軟飯 米・水 さばの味噌煮 さば・味噌・みりん・砂糖 かぶのおかか和え かぶ・大根・胡瓜・醤油・かつお節 ずまし汁 木綿豆腐・人参・玉ねぎ・えのき・栗ねぎ・だし・醤油・酒・塩	27 軟飯 米・水 お肉の洋風煮 鶏もも・人参・玉ねぎ・ケチャップ・コーン・グリーンピース・コンソメ 野菜スープ 白菜・玉ねぎ・人参・栗ねぎ・コンソメ・塩・水

※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には
午前中にお菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつけます。

