



# 4月予定献立表 (離乳食) 12ヶ月

令和5年度 ひかり保育園

日付	午前のおやつ	昼食	おやつ
3 (月)	ミルク 	御飯、焼きはんぺん 五目ビーフン、かぼちゃサラダ、麦茶	ホットケーキ ミルク
4 (火)	チーズ 麦茶	御飯、 <b>アスパラと豚肉の炒め物</b> 、 <b>たけのこのおかか煮</b> キャベツとわかめの酢の物、麦茶	バナナパウンド ミルク
5 (水)	ヨーグルト 麦茶	御飯、煮魚、玉ねぎとじゃが芋のみそ汁 ほうれん草の納豆和え、麦茶 	蒸しパン ミルク
6 (木)	ミルク	手作りパン、チキンソテー かぶのチャウダー、もやしサラダ、麦茶	おかかおにぎり ミルク
7 (金)	人参の甘煮 麦茶	御飯、生揚げのそぼろあんかけ さつま芋の甘煮、はるさめサラダ、麦茶	チーズスコーン ミルク
8 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
10 (月)	ミルク	焼きそば、ゆでたまご わかめスープ、バナナ、麦茶	スポンジケーキ ミルク
11 (火)	スティックきゅうり 麦茶	御飯、豚挽肉のトマトあんかけ 豆腐の含め煮、三色ナムル、麦茶	ふかし芋 ミルク
12 (水)	ミルク 	ピラフ、魚のムニエル、人参ときのこのソテー <b>アスパラと卵のサラダ</b> 、麦茶	フルーツポンチ ミルク
13 (木)	ねりきなこ 麦茶 	御飯、シュウマイ 中華スープ、トマトサラダ、麦茶	お花見クッキー ミルク 
14 (金)	ミルク	御飯、トマトミルク煮 キャベツサラダ、 <b>清見オレンジ</b> 、麦茶 	きな粉パン ミルク
15 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
17 (月)	ミルク	御飯、オムレツ 野菜スープ、マカロニサラダ、麦茶	ミルクもち ミルク
18 (火)	ヨーグルト 麦茶 	御飯、鶏肉の和風煮、ひじきの煮物 ポテトサラダ、いちご、麦茶	スポンジケーキ ミルク
19 (水)	ミルク	<b>豆御飯</b> 、魚の照り焼き、がんもの含め煮 ほうれん草の海苔酢和え、麦茶	みそラーメン ミルク
20 (木)	チーズ 麦茶	手作りパン、ハンバーグ にんじんサラダ、キウイフルーツ、麦茶	<b>たけのこ御飯</b> ミルク 
21 (金)	バナナ 麦茶	御飯、豚肉のしょうが焼き 根菜の煮物、キャベツサラダ、麦茶	チーズ蒸しパン ミルク
22 (土)	おやつ	家庭弁当	おやつ
24 (月)	ミルク	御飯、じゃが芋のトマトミルク煮 キャベツのツナ和え、 <b>清見オレンジ</b> 、麦茶 	手作りパン ミルク
25 (火)	ふかし芋 麦茶 	御飯、 <b>グリーンピースの卵とじ</b> 、小松菜のごま和え 大根と油揚げのみそ汁、麦茶	ちんすこう ミルク
26 (水)	ミルク	御飯、魚のほぐし煮、高野豆腐と昆布の煮物 キャベツのおかか和え、麦茶	フルーツポンチ ミルク
27 (木)	ミルク	御飯、中華風かけ納豆 はるさめスープ、ひじきサラダ、麦茶	さつまいもの甘煮 ミルク 
28 (金)	ねりきなこ 麦茶	きつねうどん、 <b>たけのことさき身のお焼き</b> バナナ、麦茶	五平もち ミルク

## 今月の旬の食材

たけのこ・アスパラガス  
グリーンピース・清見オレンジ

