



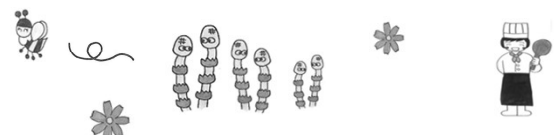
2023年4月 離乳食献立表（中期食）

社会福祉法人 都島友の会
ひがみや児童センター

日曜日	昼食	材料
1 土	しらすのおじや スープ	米 しらす キャベツ ほうれん草 かつお昆布だし 人参 大根 かつお昆布だし
3 月	おかゆ 豆腐と野菜の炒り煮 スープ	米 豆腐 人参 玉葱 かつお昆布だし キャベツ 人参 わかめ かつお昆布だし
4 火	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ スープ	米 豆腐 人参 キャベツ かつお昆布だし 片栗粉 小松菜 玉葱 かつお昆布だし
5 水	おかゆ 魚と野菜の煮物 すまし汁	米 鰯 人参 里芋 かつお昆布だし 玉葱 小松菜 かつお昆布だし
6 木	おかゆ 魚とじゃが芋の煮物 スープ	米 鰯 じゃが芋 人参 かつお昆布だし 大根 小松菜 かつお昆布だし
7 金	おかゆ 豆腐の炒り煮 すまし汁	米 豆腐 人参 白菜 かつお昆布だし 玉葱 小松菜 かつお昆布だし
8 土	魚のおじや すまし汁	米 キャベツ 鰯 かつお昆布だし 玉葱 じゃが芋 かつお昆布だし
10 月	おかゆ しらすのとりみ煮 すまし汁	米 人参 しらす キャベツ わかめ かつお昆布だし さつまいも ほうれん草 かつお昆布だし
11 火	おかゆ 魚と野菜の炒り煮 スープ	米 鰯 人参 キャベツ かつお昆布だし じゃが芋 玉葱 ブロッコリー かつお昆布だし
12 水	おかゆ 豆腐のあんかけ すまし汁	米 豆腐 キャベツ 人参 かつお昆布だし じゃが芋 玉葱 かつお昆布だし
13 木	煮込みうどん 南瓜の煮物 白菜の煮浸し	うどん 人参 小松菜 玉葱 しらす かつお昆布だし 南瓜 かつお昆布だし 白菜 人参 かつお節 かつお昆布だし
14 金	おかゆ 豆腐の青のりあん すまし汁	米 豆腐 青のり キャベツ かつお昆布だし 南瓜 かつお昆布だし
15 土	魚のおじや スープ	米 人参 玉葱 鰯 かつお昆布だし 大根 白菜 かつお昆布だし
17 月	おかゆ 豆腐のあんかけ すまし汁	米 豆腐 キャベツ 人参 かつお昆布だし 片栗粉 小松菜 さつまいも かつお昆布だし
18 火	おかゆ 大豆と野菜の煮物 スープ	米 大豆 ブロッコリー 人参 玉葱 かつお昆布だし キャベツ 玉葱 かつお昆布だし
19 水	おかゆ 煮魚 添え すまし汁	米 鰯 大根 かつお昆布だし わかめ 人参 かつお昆布だし
20 木	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 スープ	米 キャベツ 人参 豆腐 かつお昆布だし 玉葱 青梗菜 かつお昆布だし
21 金	おかゆ 野菜のしらすあん すまし汁	米 じゃが芋 玉葱 人参 しらす かつお昆布だし 片栗粉 ほうれん草 わかめ かつお昆布だし
22 土	魚のおじや スープ	米 白身魚 白菜 人参 かつお昆布だし 大根 ブロッコリー かつお昆布だし
24 月	おかゆ 煮魚 添え すまし汁	米 鰯 人参 かつお昆布だし 小松菜 玉葱 かつお昆布だし
25 火	おかゆ キャベツのおかか煮 ポトフ	米 キャベツ 人参 鰯 かつお節 かつお昆布だし 玉葱 じゃが芋 ブロッコリー かつお昆布だし
26 水	おかゆ 豆腐のおろし煮 すまし汁	米 豆腐 人参 玉葱 大根 かつお昆布だし キャベツ わかめ かつお昆布だし
27 木	わかめうどん 大豆とさつまいもの煮物 キャベツの煮浸し	うどん わかめ 人参 かつお昆布だし 大豆 玉葱 さつまいも かつお昆布だし キャベツ 小松菜 かつお昆布だし
28 金	おかゆ 魚とじゃが芋の煮物 すまし汁	米 鰯 じゃが芋 玉葱 かつお昆布だし ほうれん草 人参 かつお昆布だし
29 土	昭和の日	



ご入園・ご進級おめでとうございます。
給食では四季に応じ旬の野菜を中心としたメニュー作りを心掛け、
出来る限り多くの食材を味わえるようにと考えています。
お家と給食のふたつの大切な食事を通し
たくさんのお話を学び食育を進めていきたいと思います。



※給食では、卵を含まないマヨネーズタイプの調味料を使用しています。