令和５年４月 0歳児予定献立表

佐倉市役所こども保育課

日	曜日	昼　　食	午　後 おやつ	主な材料	日	曜日	昼　　食	午　後 おやつ	主な材料
1	土	煮込みうどん 型抜きチーズ		うどん　鶏肉 人参　ﾁｰｽﾞ ｷｬﾍﾞﾂ	15	土	おじや ヨーグルト		米　じゃが芋 人参　玉葱 鰹節　ﾖｰｸﾞﾙﾄ
3	月	かゆ　のしどり ポパイポテトサラダ みそ汁(キャベツ)	型抜きチーズ ビスケット	米　鶏肉　葱 片栗粉　じゃが芋 法蓮草　ｷｬﾍﾞﾂ　ﾁｰｽﾞ ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ	17	月	かゆ　お浸し 豆腐の松風焼 すまし汁（水菜）	ソフト クッキー	米　鶏肉　豆腐 ﾊﾟﾝ粉　玉葱　小松菜 人参　水菜　牛乳 ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ
4	火	かゆ　野菜炒め 魚のコーンクリーム焼き みそ汁(南瓜)	豆乳 くずもち	米　かれい　小麦粉 ｺｰﾝ　玉葱　ｷｬﾍﾞﾂ 人参　南瓜　豆乳 片栗粉　きな粉	18	火	鶏そぼろがゆ おかか和え みそ汁（さつまいも）	清見オレンジ ベビーせん	米　鶏肉　人参 ｷｬﾍﾞﾂ　鰹節 さつまいも 清見ｵﾚﾝｼﾞ
5	水	かゆ クリームシチュー チーズサラダ	デコポン ベビーせん	米　じゃが芋　玉葱 人参　鶏肉　牛乳 小麦粉　ﾊﾞﾀｰ　胡瓜 ﾁｰｽﾞ　ｷｬﾍﾞﾂ　ﾃﾞｺﾎﾟﾝ	19	水	パンがゆ マカロニシチュー ひじきサラダ	お麩ラスク	ﾊﾟﾝ　ﾏｶﾛﾆ　鶏肉 玉葱　人参　小麦粉 ﾊﾞﾀｰ　粉ﾁｰｽﾞ ひじき　ｷｬﾍﾞﾂ　麩
6	木	かゆ 豆腐入り肉団子スープ 大根の甘酢和え	シュガー トースト	米 鶏肉　豆腐　玉葱 パン粉　人参　大根 もやし　ｷｬﾍﾞﾂ　胡瓜 ﾊﾟﾝ　ﾊﾞﾀｰ	20	木	かゆ　鶏肉の味噌煮 キャベツサラダ スープ（玉葱・人参）	ビスケット ベビーせん	米 鶏肉 玉葱 胡瓜　ｷｬﾍﾞﾂ ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ 人参
7	金	かゆ　肉団子煮 磯辺和え みそ汁（蕪）	ヨーグルト ベビーせん	米　鶏肉　玉葱 パン粉　法蓮草 人参　のり　蕪 ﾖｰｸﾞﾙﾄ	21	金	かゆ　胡麻酢和え 鮭の塩焼き 豚汁	煮込み うどん	米　鮭　人参　法蓮草 ごま　葱　大根　豚肉 鰹節　うどん　ｷｬﾍﾞﾂ 鶏肉
8	土	煮込みスパゲティ 清見オレンジ		ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ　豚肉 玉葱　人参 清見ｵﾚﾝｼﾞ	22	土	煮そうめん バナナ		そうめん　人参 玉葱　鶏肉 鰹節　ﾊﾞﾅﾅ
10	月	かゆ　粉吹き芋 肉と野菜の炒め煮 みそ汁(小松菜)	ビスケット ベビーせん	米　人参　玉葱 鶏肉　片栗粉 じゃが芋 小松菜	24	月	かゆ　肉団子煮 納豆和え みそ汁(じゃが芋)	清見オレンジ ベビーせん	米　鶏肉　玉葱 ﾊﾟﾝ粉　法蓮草　人参 納豆　じゃが芋 清見ｵﾚﾝｼﾞ
11	火	かゆ　つくね煮 スパゲティサラダ みそ汁(大根)	キャロット ケーキ	米　鶏肉　玉葱 パン粉　ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ 胡瓜　人参　大根 豆乳 ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ	25	火	かゆ　魚の西京焼き キャベツソテー すまし汁（玉葱）	米粉蒸しパン	米　人参　玉葱 かれい　ｷｬﾍﾞﾂ 米粉　豆乳
12	水	かゆ　マーボー豆腐 もやしの酢の物 すまし汁(小松菜・麩)	デコポン ベビーせん	米　豆腐　豚肉　葱 人参　片栗粉 もやし　胡瓜 小松菜　麩　ﾃﾞｺﾎﾟﾝ	26	水	煮込みスパゲティ ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳのﾏﾖﾈｰｽﾞ和え コーンスープ	南瓜ボーロ ベビーせん	ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ　豚肉　玉葱 人参　ｽﾅｯﾌﾟｴﾝﾄﾞｳ 胡瓜　ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ ｺｰﾝ　片栗粉　豆乳
13	木	パンがゆ パスタスープ 煮込みハンバーグ ほうれん草のソテー	いちご ミルク寒天	ﾊﾟﾝ　豚肉　玉葱 ﾊﾟﾝ粉　牛乳 法蓮草　ﾏｶﾛﾆ 人参　苺ｼﾞｬﾑ	27	木	かゆ　肉じゃが 胡瓜とツナの和え物 みそ汁(キャベツ)	フルーツ ゼリーよせ	米 豚肉　じゃが芋 人参　玉葱　胡瓜　ﾂﾅ ﾚﾓﾝ　ｷｬﾍﾞﾂ　みかん 桃
14	金	かゆ　煮魚 キャロットサラダ みそ汁（若布）	クラッカー 南瓜ボーロ	米　かれい　人参 ｷｬﾍﾞﾂ　ﾂﾅ　若布	28	金	かゆ　鶏そぼろ 磯辺和え みそ汁(玉葱)	ビスケット ベビーせん	米　鶏肉　人参 法蓮草　のり 玉葱

※献立の一部を変更することもありますのでご了承ください。
※午後おやつは上記の献立以外に6ヶ月から12ヶ月は調整粉乳がつきます。

《　保育園の給食(離乳食)は、このように実施していきます　》

	午前（9：30頃）	昼食（11：00頃）	午後（15：00頃）
生後５か月まで	ミルク	ミルク	ミルク
生後５～１２か月	ミルク	離乳食＋ミルク	ミルク＋（おやつ）
生後１２か月～	牛乳100cc前後	離乳食→幼児食	牛乳100cc＋おやつ

＊上記は、あくまでも目安です。離乳食は、「飲む」ことから「食べる」ことへの大切な成長過程です。月齢にとらわれることなく、お子様の食べ方や噛む力に合わせ、食品の種類・量を徐々に増やしながらゆっくりと進めることがポイントです。