

4月 離乳食献立表(後期食)

学校法人里中山学園
認定 龍澤寺こども園
(令和6年4月1～4月30日)

日	曜日	午前 おやつ	昼 食	午後 おやつ	
1	月	はいはいん	軟飯・みそ汁・焼き魚・高野豆腐の煮物	蒸しパン	
2	火	かぼちゃポーロ	軟飯・みそ汁・キャベツのしらす煮・南瓜煮	はいはいん	
3	水	ウエハース	軟飯・みそ汁・そばろ煮・スティック野菜	さつま芋クッキー	
4	木	はいはいん	軟飯・みそ汁・焼き魚・ほうれん草のおかか煮	バナナ	
5	金	ビスケット	軟飯・みそ汁・そばろ煮・根菜煮	たまごポーロ	
6	土	ウエハース	野菜うどん・果物	はいはいん	
8	月	たまごポーロ	軟飯・みそ汁・煮魚・キャベツとひじきの煮物	蒸しパン	
9	火	ビスケット	野菜うどん・果物	鮭のおにぎり	
10	水	    入 園 式    			
11	木	はいはいん	軟飯・みそ汁・肉団子と野菜の煮物・おかか煮	バナナホットケーキ	
12	金	たまごポーロ	軟飯・みそ汁・煮魚・ブロッコリーのおかか煮	人参のスコーン	
13	土	ウエハース	野菜うどん・果物	ウエハース	
15	月	ビスケット	軟飯・みそ汁・そばろ煮・白菜のおかか煮	ツナのお好み焼き	
16	火	はいはいん	軟飯・みそ汁・焼き魚・スティック野菜	うどん	
17	水	たまごポーロ	軟飯・みそ汁・ハンバーグ・小松菜の煮浸し	人参クッキー	
18	木	ビスケット	軟飯・みそ汁・じゃが芋のおやき・ほうれん草のツナ煮	果物	
19	金	ウエハース	野菜うどん・果物	パン	
20	土	はいはいん	軟飯・みそ汁・そばろ煮・煮浸し	ウエハース	
22	月	たまごポーロ	軟飯・みそ汁・じゃが芋のそばろ煮・キャベツの汁和え	きな粉パン	
23	火	ビスケット	軟飯・みそ汁・焼き魚・小松菜のごま和え	おにぎり	
24	水	ウエハース	軟飯・みそ汁・しらす煮・ほうれん草のおかか煮	クッキー	
25	木	はいはいん	軟飯・みそ汁・煮魚・高野豆腐の煮物	うどん	
26	金	たまごポーロ	軟飯・みそ汁・ハンバーグ・スティック野菜	果物	
30	火	ビスケット	軟飯・みそ汁・豆腐の煮物・ブロッコリーのしらす煮	ツナ入り蒸しパン	

離乳食の役割

- ① **食べる力を育てる**…そしゃくして飲み込み、消化・吸収する、一連の能力を育てていきます。
- ② **健康な体をつくる**…離乳食は栄養バランスのいい食事と、規則正しい生活リズムを習慣づけます。
- ③ **生きる力を育てる**…おいしい食事を家族で食べる経験などから、食に対する意欲が促されます。
- ④ **健康な心をつくる**…離乳食を通じていろいろな味を経験し、食卓を囲む楽しい時間を共有し、自分で食べる楽しみを体感することで、心がグングン育ちます。

給食の様子



