

# 4月 初期・中期食予定献立表

令和 6年 4月 浦安駅前保育園

		初期	中期
		昼 食	昼 食
1	月	つぶしがゆ・豆腐・人参・小松菜	おかゆ 豆腐のあけぼの煮(豆腐・人参) 青菜の甘煮(小松菜・さつまいも)
2	火	つぶしがゆ・しらす・じゃが芋・人参	おかゆ しらすと芋の煮物(しらす・じゃが芋) 人参の甘煮(人参・玉葱)
3	水	つぶしがゆ・豆腐・人参・大根	おかゆ 豆腐のあけぼの煮(豆腐・人参) 大根の旨煮(大根・玉葱)
4	木	つぶしがゆ・かれい・ほうれん草・人参	おかゆ かれいの旨煮(かれい・かぶ) 二色煮(ほうれん草・人参)
5	金	つぶしがゆ・しらす・大根・人参	おかゆ しらすの煮物(しらす・大根) 二色煮(人参・小松菜)
6	土	つぶしがゆ・かれい・人参・チンゲン菜	おかゆ かれいの旨煮(かれい・玉葱) 二色煮(チンゲン菜・人参)
8	月	つぶしがゆ・豆腐・人参・小松菜	おかゆ 豆腐のあけぼの煮(豆腐・人参) 小松菜の旨煮(小松菜・玉葱)
9	火	つぶしがゆ・しらす・じゃが芋・人参	おかゆ しらすの煮物(しらす・じゃが芋) 人参の旨煮(人参・玉葱)
10	水	つぶしがゆ・かれい・人参・キャベツ	おかゆ かれいの旨煮(かれい・玉葱) 二色煮(キャベツ・人参)
11	木	つぶしがゆ・豆腐・人参・小松菜	おかゆ 豆腐のあけぼの煮(豆腐・人参) 小松菜の旨煮(小松菜・玉葱)
12	金	つぶしがゆ・しらす・キャベツ・人参	おかゆ しらすの旨煮(しらす・玉葱) 二色煮(人参・キャベツ)
13	土	つぶしがゆ・豆腐・キャベツ・人参	おかゆ 豆腐のあけぼの煮(豆腐・人参) キャベツの煮物(キャベツ)
15	月	つぶしがゆ・かれい・人参・キャベツ	おかゆ かれいの旨煮(かれい・玉葱) 二色煮(キャベツ・人参)
16	火	つぶしがゆ・豆腐・小松菜・人参	おかゆ 豆腐のあけぼの煮(豆腐・人参) 小松菜の旨煮(小松菜・玉葱)
17	水	つぶしがゆ・しらす・キャベツ・大根	おかゆ しらすの旨煮(しらす・大根) 二色煮(人参・キャベツ)
18	木	つぶしがゆ・豆腐・チンゲン菜・人参	おかゆ 豆腐のあけぼの煮(豆腐・人参) チンゲン菜の旨煮(チンゲン菜・玉葱)
19	金	つぶしがゆ・かれい・人参・大根	おかゆ かれいの旨煮(かれい・大根) 二色煮(小松菜・人参)
20	土	つぶしがゆ・豆腐・じゃが芋・人参	おかゆ 豆腐の旨煮(豆腐・玉葱) 根菜煮(じゃが芋・人参)
22	月	つぶしがゆ・しらす・玉葱・人参	おかゆ しらすの旨煮(しらす・じゃが芋) 人参の旨煮(玉葱・人参)
23	火	つぶしがゆ・かれい・ほうれん草・人参	おかゆ かれいの旨煮(かれい・大根) 二色煮(人参・ほうれん草)
24	水	つぶしがゆ・しらす・人参・キャベツ	おかゆ しらすの旨煮(しらす・玉葱) 二色煮(人参・キャベツ)
25	木	つぶしがゆ・豆腐・じゃが芋・人参	おかゆ 豆腐の旨煮(豆腐・玉葱) 根菜煮(じゃが芋・人参)
26	金	つぶしがゆ・かれい・キャベツ・人参	おかゆ かれいの煮付け(かれい・キャベツ) 人参の旨煮(人参・玉葱)
27	土	つぶしがゆ・しらす・人参・小松菜	おかゆ しらすの旨煮(しらす・玉葱) 二色煮(人参・小松菜)
30	火	つぶしがゆ・豆腐・キャベツ・人参	おかゆ 豆腐の旨煮(豆腐・じゃが芋) 二色煮(人参・キャベツ)



初期は・・・液体とほぼ同じ、かたまりのないなめらかな形状にします。野菜などは、ゆでて裏ごしするか、なめらかにすりつぶします。初めは、「トロトロ」ゆるいポタージュがかたさの目安です。慣れてきたら、水分を減らして「ベタベタ」マヨネーズ状にしていきます。

中期は・・・「ベタベタ」マヨネーズ状にやわらかなかたまりが少しまじる、ぼつりしたジャムのような感じが目安です。ざらつきが残るくらいにすりつぶしたり、細かいみじん切りにしてやわらかく煮ます。少しずつかたまりの割合を増やして、舌でつぶす練習をします。