

4月 離乳食献立

		中期食(5～8か月)		後期食(9～11か月)		
		昼食		昼食		おやつ
		献立名	主な材料	献立名	主な材料	献立名と材料
1	月	五分がゆ 豚そぼろ煮 野菜煮 具なしスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ 人参・かぶ	軟飯 肉団子 野菜煮 味噌汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ 人参・かぶ じゃが芋	蒸しパン 蒸しパンミックス 豆乳
2	火	野菜うどん 野菜煮	うどん・豚ひき肉・人参・コーン・チンゲン菜 ほうれん草・もやし	野菜うどん 野菜煮	うどん・豚ひき肉・人参・コーン・チンゲン菜 ほうれん草・もやし	しらすがゆ 米・しらす干し
3	水	五分がゆ 肉じゃが 二色野菜 具なしスープ	米 豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 きゅうり・人参	軟飯 肉じゃが 二色野菜 味噌汁	米 豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 きゅうり・人参 もやし	ひき肉いりがゆ 米・人参・キャベツ 豚ひき肉
4	木	パンがゆ 鶏そぼろあん ツナ煮 具なしスープ	食パン・豆乳 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・ツナ・人参	食パン 鶏団子 ツナ煮 ほうれん草スープ	食パン 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・ツナ・人参 ほうれん草	人参がゆ 米・人参
5	金	五分がゆ 煮魚 肉じゃが 具なしスープ	米 白身魚 豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参	軟飯 煮魚 肉じゃが 味噌汁	米 白身魚 豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 わかめ	パンケーキ ホットケーキミックス 豆乳
6	土	ツナ入りがゆ キャベツ煮	米・ツナ・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参	ツナ入りがゆ キャベツ煮 果物	米・ツナ・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参	乳児用おかし (赤ちゃんせんべい 又は かぼちゃポーロ)
8	月	五分がゆ 豚ひき肉と豆腐の煮物 人参ともやしの煮物 具なしスープ	米 豚ひき肉・豆腐 人参・もやし・ほうれん草	軟飯 豚ひき肉と豆腐の煮物 人参ともやしの煮物 味噌汁	米 豚ひき肉・豆腐 人参・もやし・ほうれん草 わかめ	乳児用おかし (赤ちゃんせんべい 又は かぼちゃポーロ)
9	火	ミートスパゲティ じゃが芋コーン煮 具なしスープ	スパゲティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋・コーン・きゅうり	ミートスパゲティ じゃが芋コーン煮 オニオンスープ	スパゲティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋・コーン・きゅうり 玉ねぎ	ひじきがゆ 米・ひじき・人参
10	水	五分がゆ 煮魚 じゃが芋煮 具なしスープ	米 白身魚 じゃが芋・人参	軟飯 煮魚 じゃが芋煮 味噌汁	米 白身魚 じゃが芋・人参 豆腐・わかめ	パンがゆ 食パン・豆乳
11	木	パンがゆ 豚そぼろ煮 野菜煮 具なしスープ	食パン・豆乳 豚ひき肉・玉ねぎ きゅうり・人参・ブロッコリー	食パン 肉団子 野菜煮 オニオンスープ	食パン 豚ひき肉・玉ねぎ きゅうり・人参・ブロッコリー 玉ねぎ	しらすがゆ 米・しらす干し
12	金	五分がゆ 鶏そぼろあん 野菜煮 具なしスープ	米 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・ツナ	軟飯 鶏そぼろあん 野菜煮 味噌汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・ツナ 大根	パンケーキ ホットケーキミックス 豆乳
13	土	鶏がゆ 野菜煮	米・鶏ひき肉・玉ねぎ きゅうり・人参・もやし・コーン	鶏がゆ 野菜煮	米・鶏ひき肉・玉ねぎ きゅうり・人参・もやし・コーン	乳児用おかし (赤ちゃんせんべい 又は かぼちゃポーロ)

* 昼食の果物は気候により収穫時期が変動するため、「果物」と表示しています。□

* おかゆや軟飯の状態は、お子さんの食べ進み具合で調整します。

* 離乳食で調理する白身魚はタイ・ヒラメ・カレイ・タラ・カジキなどです。

* 10時おやつは赤ちゃんせんべいです。

* おかずのとろみつけに片栗粉を使用しています。

4月 離乳食献立

		中期食(5~8か月)		後期食(9~11か月)		
		昼食		昼食		おやつ
		献立名	主な材料	献立名	主な材料	献立名と材料
15	月	五分がゆ 豚そぼろ煮 野菜煮 具なしスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ 人参・かぶ	軟飯 肉団子 野菜煮 味噌汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ 人参・かぶ じゃが芋	蒸しパン 蒸しパンミックス 豆乳
16	火	野菜うどん 野菜煮	うどん・豚ひき肉・人参・コーン・チンゲン菜 ほうれん草・もやし	野菜うどん 野菜煮	うどん・豚ひき肉・人参・コーン・チンゲン菜 ほうれん草・もやし	しらすがゆ 米・しらす干し
17	水	五分がゆ 肉じゃが 二色野菜 具なしスープ	米 豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 きゅうり・人参	軟飯 肉じゃが 二色野菜 味噌汁	米 豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 きゅうり・人参 もやし	ひき肉いりがゆ 米・人参・キャベツ 豚ひき肉
18	木	パンがゆ 鶏そぼろあん ツナ煮 具なしスープ	食パン・豆乳 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・ツナ・人参	食パン 鶏団子 ツナ煮 ほうれん草スープ	食パン 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・ツナ・人参 ほうれん草	人参がゆ 米・人参
19	金	五分がゆ 煮魚 肉じゃが 具なしスープ	米 白身魚 豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参	軟飯 煮魚 肉じゃが 味噌汁	米 白身魚 豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 わかめ	パンケーキ ホットケーキミックス 豆乳
20	土	ツナ入りがゆ キャベツ煮	米・ツナ・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参	ツナ入りがゆ キャベツ煮	米・ツナ・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参	乳児用おかし (赤ちゃんせんべい 又は かぼちゃポーロ)
22	月	五分がゆ 豚ひき肉と豆腐の煮物 人参ともやしの煮物 具なしスープ	米 豚ひき肉・豆腐 人参・もやし・ほうれん草	軟飯 豚ひき肉と豆腐の煮物 人参ともやしの煮物 味噌汁	米 豚ひき肉・豆腐 人参・もやし・ほうれん草 わかめ	じゃが芋がゆ じゃが芋
23	火	ミートスパゲティ じゃが芋コーン煮 具なしスープ	スパゲティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋・コーン・きゅうり	ミートスパゲティ じゃが芋コーン煮 オニオンスープ	スパゲティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋・コーン・きゅうり 玉ねぎ	ひじきがゆ 米・ひじき・人参
24	水	五分がゆ 煮魚 じゃが芋煮 具なしスープ	米 白身魚 じゃが芋・人参	軟飯 煮魚 じゃが芋煮 味噌汁	米 白身魚 じゃが芋・人参 豆腐・わかめ	パンがゆ 食パン・豆乳
25	木	五分がゆ 豚そぼろ煮 ブロッコリー煮 具なしスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・コーン・ツナ・人参	軟飯 肉団子 ブロッコリー煮 味噌汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・コーン・ツナ・人参 大根	パンケーキ 豆乳 ホットケーキミックス
26	金	五分がゆ 鶏そぼろあん 野菜煮 具なしスープ	米 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・ツナ	軟飯 鶏そぼろあん 野菜煮 味噌汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・人参・きゅうり・ツナ 大根	パンケーキ ホットケーキミックス 豆乳
27	土	鶏がゆ 野菜煮	米・鶏ひき肉・玉ねぎ きゅうり・人参・もやし・コーン	鶏がゆ 野菜煮	米・鶏ひき肉・玉ねぎ きゅうり・人参・もやし・コーン	乳児用おかし (赤ちゃんせんべい 又は かぼちゃポーロ)
30	火	五分がゆ 肉じゃが キャベツ煮 具なしスープ	米 豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 キャベツ・人参・きゅうり	軟飯 肉じゃが キャベツ煮 味噌汁	米 豚ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 キャベツ・人参・きゅうり 玉ねぎ	コーンフレークがゆ コーンフレーク 豆乳

- * 離乳食で調理する白身魚はタイ・ヒラメ・カレイ・タラ・カジキなどです。
- * 10時おやつは赤ちゃんせんべいです。
- * おかずのとろみつけに片栗粉を使用しています。
- * 昼食の果物は気候により収穫時期が変動するため、「果物」と表示しています。□
- * おかゆや軟飯の状態は、お子さんの食べ進み具合で調整します。