

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 水	5倍がゆ 煮魚 鶏じゃが 具なしスープ	米 カレイ 鶏ひき肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ	軟飯 煮魚 鶏じゃが 味噌汁	米 カレイ 鶏ひき肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ 白菜	雑炊 米・人参・キャベツ 豚ひき肉
2 木	パンがゆ 鶏そぼろのトマト煮 春野菜の和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 鶏ひき肉・玉ねぎ・トマト缶・豆腐 キャベツ・ツナ・人参	食パン 鶏団子のトマト煮 春野菜の和え物 野菜スープ	食パン 鶏ひき肉・玉ねぎ・トマト缶・豆腐 キャベツ・ツナ・人参 玉ねぎ・コーン	しらすがゆ 米・しらす干し
3 金	5倍がゆ 肉豆腐 ほうれんそうの和え物 具なしスープ	米 豚ひき肉・豆腐 ほうれん草・もやし・人参	軟飯 肉豆腐 ほうれんそうの和え物 味噌汁	米 豚ひき肉・豆腐 ほうれん草・もやし・人参 玉ねぎ	乳児用おかし (赤ちゃんせんべい 又は かぼちゃポーロ)
4 土	肉入りがゆ 春野菜煮 具なしスープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参	肉入りがゆ 春野菜煮 わかめスープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参 わかめ	ホットケーキ ホットケーキミックス 豆乳
6 月	5倍がゆ 肉じゃが 人参ともやしの煮物 具なしスープ	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 人参・もやし・きゅうり	軟飯 肉じゃが 人参ともやしの煮物 味噌汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 人参・もやし・きゅうり じゃが芋	蒸しパン 豆乳 蒸しパンミックス
7 火	煮込みうどん キャベツ煮	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 キャベツ・玉ねぎ・コーン	煮込みうどん キャベツ煮	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 キャベツ・玉ねぎ・コーン	人参がゆ 米・人参・鶏ひき肉
8 水	5倍がゆ 煮魚 根菜煮 具なしスープ	米 カレイ じゃが芋・人参	軟飯 煮魚 根菜煮 味噌汁	米 カレイ じゃが芋・人参 わかめ	食パン/豆乳スープ 食パン 豆乳・玉ねぎ
9 木	パンがゆ そぼろあん ブロッコリーの和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・人参・きゅうり	食パン ミートボール ブロッコリーの和え物 野菜スープ	食パン 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・人参・きゅうり キャベツ・コーン	肉入りがゆ 米・鶏ひき肉
10 金	5倍がゆ そぼろ煮 わかめの和え物 具なしスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ わかめ・きゅうり・もやし・人参	軟飯 肉団子 わかめの和え物 味噌汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ わかめ・きゅうり・もやし・人参 ほうれん草	コーンフレークがゆ 豆乳 コーンフレーク
11 土	チキンライス ポテトサラダ 具なしスープ	米・鶏ひき肉・玉ねぎ じゃが芋・人参・きゅうり	チキンライス ポテトサラダ キャベツスープ	米・鶏ひき肉・玉ねぎ じゃが芋・人参・きゅうり キャベツ・玉ねぎ	蒸しパン 豆乳・蒸しパンミックス
13 月	人参がゆ 鶏そぼろ煮 わかめの和え物 具なしスープ	米・人参 鶏ひき肉・玉ねぎ わかめ・しらす・きゅうり	人参がゆ 鶏団子 わかめの和え物 味噌汁	米・人参 鶏ひき肉・玉ねぎ わかめ・しらす・きゅうり 大根	煮込みうどん うどん・豚ひき肉 人参・キャベツ
14 火	煮込みうどん 野菜としらす煮	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・もやし・コーン きゅうり・しらす・もやし	煮込みうどん 野菜としらす煮	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・もやし・コーン きゅうり・しらす・もやし	おかかごはん 米・おかか

* 10時おやつは赤ちゃんせんべいです。

* おかずのとりつけに片栗粉を使用しています。

* 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。

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 水	5倍がゆ 煮魚 鶏じゃが 具なしスープ	米 カレイ 鶏ひき肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ	軟飯 煮魚 鶏じゃが 味噌汁	米 カレイ 鶏ひき肉・人参・じゃが芋・玉ねぎ 白菜	雑炊 米・人参・キャベツ 豚ひき肉
16 木	パンがゆ 鶏そぼろのトマト煮 春野菜の和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 鶏ひき肉・玉ねぎ・トマト缶・豆腐 キャベツ・ツナ・人参	食パン 鶏団子のトマト煮 春野菜の和え物 野菜スープ	食パン 鶏ひき肉・玉ねぎ・トマト缶・豆腐 キャベツ・ツナ・人参 玉ねぎ・コーン	しらすがゆ 米・しらす干し
17 金	5倍がゆ 肉豆腐 ほうれんそうの和え物 具なしスープ	米 豚ひき肉・豆腐 ほうれん草・もやし・人参	軟飯 肉豆腐 ほうれんそうの和え物 味噌汁	米 豚ひき肉・豆腐 ほうれん草・もやし・人参 玉ねぎ	ポテトポウル じゃが芋・豆腐
18 土	肉入りがゆ 春野菜煮 具なしスープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参	肉入りがゆ 春野菜煮 わかめスープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参 わかめ	ホットケーキ ホットケーキミックス 豆乳
20 月	5倍がゆ 肉じゃが 人参ともやしの煮物 具なしスープ	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 人参・もやし・きゅうり	軟飯 肉じゃが 人参ともやしの煮物 味噌汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 人参・もやし・きゅうり じゃが芋	蒸しパン 豆乳 蒸しパンミックス
21 火	煮込みうどん キャベツ煮	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 キャベツ・玉ねぎ・コーン	煮込みうどん キャベツ煮	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 キャベツ・玉ねぎ・コーン	人参がゆ 米・人参・鶏ひき肉
22 水	5倍がゆ 煮魚 根菜煮 具なしスープ	米 カレイ じゃが芋・人参	軟飯 煮魚 根菜煮 味噌汁	米 カレイ じゃが芋・人参 わかめ	食パン/豆乳スープ 食パン 豆乳・玉ねぎ
23 木	桜がゆ 鶏そぼろ煮 野菜煮 具なしスープ	米・鮭フレーク 鶏ひき肉・玉ねぎ きゅうり・コーン	桜がゆ 鶏団子 すまし汁 野菜スープ	米・鮭フレーク 鶏ひき肉・玉ねぎ わかめ 玉ねぎ・キャベツ・人参	ホットケーキ ホットケーキミックス 豆乳
24 金	5倍がゆ そぼろ煮 わかめの和え物 具なしスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ わかめ・きゅうり・もやし・人参	軟飯 肉団子 わかめの和え物 味噌汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ わかめ・きゅうり・もやし・人参 ほうれん草	コーンフレークがゆ 豆乳 コーンフレーク
25 土	チキンライス ポテトサラダ 具なしスープ	米・鶏ひき肉・玉ねぎ じゃが芋・人参・きゅうり	チキンライス ポテトサラダ キャベツスープ	米・鶏ひき肉・玉ねぎ じゃが芋・人参・きゅうり キャベツ・玉ねぎ	蒸しパン 豆乳・蒸しパンミックス
27 月	人参がゆ 鶏そぼろ煮 わかめの和え物 具なしスープ	米・人参 鶏ひき肉・玉ねぎ わかめ・しらす・きゅうり	人参がゆ 鶏団子 わかめの和え物 味噌汁	米・人参 鶏ひき肉・玉ねぎ わかめ・しらす・きゅうり 大根	煮込みうどん うどん・豚ひき肉 人参・キャベツ
28 火	煮込みうどん 野菜としらす煮	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・もやし・コーン きゅうり・しらす・もやし	煮込みうどん 野菜としらす煮	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・もやし・コーン きゅうり・しらす・もやし	おかかごはん 米・おかか
30 木	5倍がゆ そぼろあん ブロッコリーの和え物 具なしスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・人参・きゅうり	軟飯 ミートボール ブロッコリーの和え物 野菜スープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・人参・きゅうり キャベツ・コーン	肉入りがゆ 米・鶏ひき肉