

4月 離乳食 献立表

0歳児 さくら組

日 曜	初期 (5~6カ月)		中期 (7~8カ月)		後期 (9~11カ月)			
	献立メニュー	主な食材	献立メニュー	主な食材	献立メニュー	主な食材	おやつ	
2	火				慣らし保育			
3	水							
4	木							
5	金							
6	土							
8	月	粥 白身ペースト 野菜ペースト	白身/キャベツ 胡瓜	粥 豆腐のすまし汁 鶏団子煮 キャベツの煮込み				豆腐 人参/鶏ミンチ /キャベツ 胡瓜
9	火	粥 じゃがいもペースト 人参ペースト	じゃがいも/人参	粥 じゃがいものそぼろ煮 キャベツのたくた煮	じゃがいも 鶏ミンチ /キャベツ 人参	軟飯 春野菜のポトフ 胡瓜もみ オレンジ	鶏肉 じゃがいも 玉葱 人参 キャベツ /胡瓜 しらすわかめ/オレンジ	乳児用せんべい
10	水	粥 白身ペースト 大根と人参ペースト	白身/大根 人参	粥 白身魚煮 のっぺい汁	白身魚/大根 人参	軟飯 白身魚煮 おかか和え のっぺい汁 オレンジ	白身魚/もやし キャベツ ささみ/大根 人参 厚揚げ 葱 片栗粉/オレンジ	ツナの粥
11	木	粥 玉葱ペースト じゃがいもと豆腐のペースト	玉葱/じゃがいも 豆腐	粥 鶏団子煮 玉葱のスープ じゃがいも煮込み	鶏ミンチ/玉葱 /じゃがいも 豆腐	軟飯 ハンバーグ みそ汁 ブロッコリーの和え物 オレンジ	鶏ミンチ 玉葱 豆腐 パン粉/ブロッコリー 胡瓜 人参 /じゃがいも 豆腐 葱みそ/オレンジ	乳児用ウェハース
12	金	粥 大根と豆腐のペースト 人参ペースト	大根 豆腐/人参	粥 鶏団子煮 大根と豆腐の煮物	鶏ミンチ/大根 豆腐	軟飯 鶏肉の照り煮 切干と胡瓜の和え物 ちゃんこ汁 バナナ	鶏肉 玉葱/切干 人参 胡瓜/大根 人参 キャベツ 豚肉 豆腐/バナナ	乳児用せんべい
13	土	粥 南瓜煮		パン粥 果物		食パン 果物		
15	月	粥 キャベツペースト 南瓜ペースト	キャベツ 人参/南瓜	粥 春野菜煮込み 南瓜のそぼろ煮	キャベツ 人参 /南瓜 鶏ミンチ	軟飯 ホワイトシチュー 南瓜のそぼろ煮 菜の花和え パナナ	新玉葱 ブロッコリー 人参 じゃがいも 牛乳 バター 小麦粉/南瓜 鶏ミンチ/ほうれん草 人参 胡瓜/バナナ	麩のミルク煮
16	火	粥 白身ペースト キャベツペースト	白身/キャベツ 人参	粥 白身魚煮 キャベツ煮込み スープ	白身魚/キャベツ 人参 /白菜 玉葱	軟飯 マカロニナポリタン キャベツの和え物 白菜のスープ オレンジ	マカロニ 玉葱 鶏ミンチ 人参 ケチャップ/キャベツ 胡瓜 /白菜 玉葱/オレンジ	パウンドケーキ
17	水	粥 白身と玉葱ペースト キャベツ 人参ペースト	玉葱 白身 /キャベツ 人参	粥 白身魚のあんかけ 春野菜のスープ	白身魚 玉葱 人参 /キャベツ 玉葱	軟飯 白身魚煮 玉葱の柔らか煮 春野菜のみそ汁 オレンジ	白身魚/玉葱 人参/春キャベツ 新玉葱 人参 揚げ みそ/オレンジ	いちごスコーン
18	木	粥 玉葱ペースト 人参と豆腐のペースト	玉葱/人参 豆腐	粥 鶏団子煮 野菜の煮込み	鶏ミンチ/胡瓜 人参	軟飯 五目つくね焼き わかめスープ スパゲティー煮込み パナナ	鶏ミンチ 玉葱 豆腐 人参/スパゲティー 人参 胡瓜 /玉葱 わかめ 白ネギ/バナナ	乳児用せんべい
19	金	粥 豆腐ペースト ほうれん草ペースト	豆腐/ほうれん草 人参	粥 豆腐の煮込み ほうれん草煮込み	豆腐/ほうれん草 人参	軟飯 鶏肉のすっきり煮 ポパイサラダ みそ汁 オレンジ	鶏肉 玉葱/ほうれん草 卵 人参/豆腐 玉葱 葱 みそ/オレンジ	乳児用ウェハース
20	土	粥 南瓜煮		パン粥 果物		食パン 果物		
22	月	粥 ポテトペースト キャベツペースト	じゃがいも /キャベツ 玉葱	粥 ポテトのそぼろ煮 キャベツ煮込み	じゃがいも 鶏ミンチ /キャベツ 玉葱	軟飯 ポテトのそぼろ煮 みそ汁 キャベツとツナの和え物 パナナ	鶏ミンチ じゃがいも 人参 玉葱 ブロッコリー/キャベツ ほうれん草 ツナ/バナナ	きなこ粥
23	火	粥 ほうれん草と豆腐ペースト じゃがいもペースト	ほうれん草 豆腐 /じゃがいも	粥 ほうれん草と豆腐煮 じゃがいも煮込み	ほうれん草 豆腐 /じゃがいも	軟飯 野菜のクリーム煮 磯部和え レタスのスープ オレンジ	じゃがいも 鶏ミンチ 玉葱 人参 牛乳 小麦粉/ほうれん草 もやし 焼きのり 人参/レタス 玉葱/オレンジ	野菜粥
24	水	粥 白身ペースト 野菜ペースト	白身/キャベツ ブロッコリー	粥 白身魚煮 野菜煮込み	白身魚 /キャベツ ブロッコリー	軟飯 白身魚煮 野菜煮込み すまし汁 オレンジ	白身魚/キャベツ 玉葱 人参 ブロッコリー/豆腐 玉葱 人参 葱 /オレンジ	ヨーグルト バナナ
25	木	粥 豆腐ペースト キャベツペースト	豆腐/キャベツ 人参	粥 豆腐の煮込み キャベツ煮込み	豆腐/キャベツ 人参	軟飯 松風焼き 鉄分いっぱいサ ラダ みそ汁 オレンジ	鶏ミンチ 豆腐 しいたけ 人参 卵 パン粉/ほうれん草 ひじき 人参 /キャベツ えのき 揚げ みそ/オレンジ	乳児用せんべい
26	金	粥 白身ペースト じゃがいもと玉葱ペースト	白身/じゃがいも 玉葱	粥 白身魚のあんかけ じゃが玉煮 すまし汁	白身 人参/じゃがいも 玉葱	軟飯 白身魚のあんかけ じゃが玉 煮 みそ汁 オレンジ	白身魚 人参/じゃがいも 玉葱/玉葱 麩 みそ/オレンジ	パンケーキ
27	土	粥 南瓜煮				食パン 果物		
30	火	粥 キャベツペースト 白身ペースト	キャベツ 人参/白身	粥 うどん煮込み キャベツ煮込み	うどん 人参 玉葱 /キャベツ 人参 ささみ	煮込みうどん みそ和え オレンジ	うどん 人参 玉葱 しいたけ/キャベツ 人参 ささみ みそ/オレンジ	スイーツ ポテト

主食(粥・米飯)は個人の摂取状況によるものを提供します。

献立は、個人の離乳食摂取状況により、変更します。未摂取の食材があればお知らせ下さい。(初期~中期 昆布だし使用。後期~ 煮干しだし・昆布・かつおだし使用。)