

4 月離乳食献立表(後期食)

日にち	曜日	午前		午後	
		献立	主な食材	献立	主な食材
1・15	火	うどんミートソース	乾うどん、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、トマトピューレ、片栗粉	軟飯	米
		大根の煮物 野菜とわかめの煮物 スープ(ねぎ・きやべつ)	大根、しょうゆ きゅうり、人参、わかめ、塩、片栗粉 ねぎ、きやべつ、塩	魚の野菜あんかけ じゃがいもの煮物 くだもの みそ汁(人参・わかめ)	白身魚、玉ねぎ、きやべつ、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、塩 人参、わかめ、みそ
2・16・30	水	軟飯	米	軟飯	米
		魚の煮物 人参とひじきの煮物 ほうれん草の煮物 みそ汁(玉ねぎ・麴)	白身魚、塩、片栗粉 人参、ひじき、しょうゆ、片栗粉 ほうれん草、きやべつ、しょうゆ、片栗粉 玉ねぎ、麴、みそ	豆腐の煮物 かぼちゃの煮物 くだもの すまし汁(きやべつ・人参)	豆腐、しょうゆ、片栗粉 かぼちゃ きやべつ、人参、塩、しょうゆ
3・17	木	鶏そぼろ丼	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ、片栗粉	軟飯	米
		大根のみそ煮 きやべつの青のり煮 すまし汁(人参・じゃがいも)	大根、みそ、片栗粉 きやべつ、青のり 人参、じゃがいも、塩、しょうゆ	魚の煮物 さつまいもの煮物 くだもの みそ汁(きやべつ・麴)	白身魚、しょうゆ、片栗粉 さつまいも きやべつ、麴、みそ
4・18	金	軟飯	米	軟飯	米
		魚の煮物 人参のしょうゆ煮 野菜のトロトロ煮 みそ汁(玉ねぎ・さつまいも)	白身魚、塩、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 きやべつ、きゅうり、人参、しょうゆ、片栗粉 玉ねぎ、さつまいも、みそ	ひき肉と野菜の煮物 大根の煮物 くだもの みそ汁(人参・わかめ)	鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、しょうゆ、片栗粉 大根、しょうゆ、片栗粉 人参、わかめ、みそ
5・19	土	軟飯	米	軟飯	米
		ひき肉と玉ねぎの煮物 高野豆腐のみそ煮 もやし・きゅうり・人参のコロコロ煮 すまし汁(小松菜・人参)	鶏ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ、片栗粉 高野豆腐、みそ、片栗粉 もやし、きゅうり、人参、塩、片栗粉 小松菜、人参、塩、しょうゆ	魚の青のり煮 人参のしょうゆ煮 くだもの スープ(ほうれん草・玉ねぎ)	白身魚、青のり、塩、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 ほうれん草、玉ねぎ、塩
7・21	月	納豆軟飯	米、ひきわり納豆、しょうゆ	軟飯	米
		肉団子のみそ煮 かぼちゃの煮物 三色煮 すまし汁(大根・わかめ)	豚ひき肉、鶏ひき肉、玉ねぎ、パン粉、豆腐、みそ かぼちゃ きやべつ、人参、きゅうり、塩、片栗粉 大根、わかめ、塩、しょうゆ	魚の煮物 かぶの煮物 くだもの みそ汁(ねぎ・人参)	白身魚、しょうゆ、片栗粉 かぶ、しょうゆ、片栗粉 ねぎ、人参、みそ
8・22	火	軟飯	米	軟飯	米
		魚の煮物 人参のしょうゆ煮 ほうれん草の煮物 みそ汁(もやし・玉ねぎ)	白身魚、しょうゆ、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 ほうれん草、きやべつ、塩、片栗粉 もやし、玉ねぎ、みそ	ひき肉と野菜の煮物 大根の煮物 くだもの すまし汁(人参・わかめ)	鶏ひき肉、玉ねぎ、きやべつ、みそ、片栗粉 大根、しょうゆ、片栗粉 人参、わかめ、塩、しょうゆ
9・23	水	煮込みうどん	乾うどん、きやべつ、人参、ほうれん草、しょうゆ	軟飯	米
		鶏団子の煮物 きゅうりとわかめの煮物	鶏ひき肉、玉ねぎ、パン粉、豆腐、しょうゆ きゅうり、わかめ、塩、片栗粉	魚の煮物 人参のしょうゆ煮 くだもの みそ汁(じゃがいも・大根)	白身魚、塩、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、大根、みそ
10・24	木	軟飯	米	軟飯	米
		ひき肉と野菜のミルク煮 じゃがいものみそ煮 春雨と野菜の煮物 スープ(玉ねぎ・きやべつ)	鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、塩、牛乳、片栗粉 じゃがいも、みそ 春雨、きゅうり、人参、片栗粉 玉ねぎ、きやべつ、塩	魚の青菜あんかけ さつまいもの煮物 くだもの みそ汁(大根・ねぎ)	白身魚、ほうれん草、しょうゆ、片栗粉 さつまいも 大根、ねぎ、みそ
11・25	金	軟飯	米	軟飯	米
		鮭の煮物 人参の青のり煮 きやべつの煮物 みそ汁(小松菜・豆腐)	鮭、塩、片栗粉 人参、青のり、しょうゆ、片栗粉 きやべつ、玉ねぎ、塩、片栗粉 小松菜、豆腐、みそ	豆腐のそぼろあんかけ かぼちゃの煮物 くだもの スープ(わかめ・人参)	豆腐、鶏ひき肉、しょうゆ、片栗粉 かぼちゃ わかめ、人参、塩
12・26	土	軟飯	米	軟飯	米
		鶏団子の煮物 さつまいもの煮物 ブロッコリーのみそ煮 すまし汁(麴・きやべつ)	鶏ひき肉、玉ねぎ、パン粉、豆腐、しょうゆ ブロッコリー、みそ、片栗粉 麴、きやべつ、塩、しょうゆ	魚の煮物 人参のしょうゆ煮 くだもの みそ汁(じゃがいも・大根)	白身魚、塩、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、大根、みそ
14・28	月	軟飯	米	軟飯	米
		鶏団子の青のり煮 大根の煮物 きゅうりと人参のコロコロ煮 みそ汁(きやべつ・玉ねぎ)	鶏ひき肉、玉ねぎ、パン粉、豆腐、しょうゆ、青のり 大根、しょうゆ、片栗粉 きゅうり、人参、塩、片栗粉 きやべつ、玉ねぎ、みそ	豆腐のしらすあんかけ かぼちゃの煮物 くだもの すまし汁(ほうれん草・人参)	豆腐、しらす、しょうゆ、片栗粉 かぼちゃ ほうれん草、人参、塩、しょうゆ
24	木	あけぼの粥	米、人参	軟飯	米
		鶏団子の煮物 じゃがいもの煮物 大根と人参のコロコロ煮 スープ(玉ねぎ・レタス) バナナ	鶏ひき肉、玉ねぎ、パン粉、豆腐、しょうゆ じゃがいも、塩 大根、人参、しょうゆ、片栗粉 玉ねぎ、レタス、塩 バナナ	魚の青菜あんかけ さつまいもの煮物 くだもの みそ汁(大根・ねぎ)	白身魚、ほうれん草、しょうゆ、片栗粉 さつまいも 大根、ねぎ、みそ

📅 今月の誕生会は24日(木)です📅

※献立は材料の都合により変わることがあります。