

2026 年度

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・	水	豚丼 大根の煮物 ほうれん草ときゃべつの煮物 豆腐と麩のみそ汁	豚ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 大根・醤油 ほうれん草・きゃべつ・塩・片栗粉 豆腐・麩・みそ	煮込みうどん 鶏団子のみそ煮 じゃがいもの煮物 くだもの	うどん・ほうれん草・ねぎ・醤油・塩 豚ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・みそ・片栗粉 じゃがいも・塩
2・16・30	木	ミートソースうどん ぶどう豆 人参ときゅうりのココロ煮 チンゲン菜スープ	うどん・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・トマトピューレ・塩 大豆・レーズン・砂糖・醤油 人参・きゅうり・塩・片栗粉 チンゲン菜・玉ねぎ・塩	硬粥 魚の煮物 かぶのみそ煮 くだもの きゃべつと人参のすまし汁	米 カレイ・醤油・片栗粉 かぶ・みそ きゃべつ・人参・醤油・塩
3・17・	金	硬粥 魚の煮物 人参の煮物 レタスとわかめの煮物 麩と大根のみそ汁	米 カレイ・みそ・片栗粉 人参・醤油 レタス・わかめ・塩・片栗粉 麩・大根・みそ	硬粥 豆腐のしらす煮 里芋の煮物 くだもの 人参と玉ねぎのみそ汁	米 豆腐・しらす・塩・片栗粉 里芋・醤油 玉ねぎ・人参・みそ
4・18・	土	硬粥 豚ひき肉と玉ねぎの煮物 さつまいもの煮物 大根と人参のココロ煮 じゃがいもときゃべつのすまし汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 さつまいも 大根・人参・みそ・片栗粉 じゃがいも・きゃべつ・醤油・塩	鶏そぼろ丼 大根の煮物 くだもの 玉ねぎと麩のみそ汁	米・鶏ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 大根・塩 玉ねぎ・麩・みそ
6・20・	月	硬粥 豚ひき肉ときゃべつのみそ煮 高野豆腐の煮物 春雨ときゅうりの煮物 麩と玉ねぎのみそ汁	米 豚ひき肉・きゃべつ・みそ・片栗粉 高野豆腐・醤油・片栗粉 春雨・きゅうり・塩・片栗粉 麩・玉ねぎ・みそ	硬粥 魚の青のり煮 ゆでブロッコリー くだもの きゃべつと人参のすまし汁	米 カレイ・塩・青のり・片栗粉 ブロッコリー・塩・片栗粉 きゃべつ・人参・醤油
7・21・	火	硬粥 鮭のみそ煮 人参の煮物 小松菜ときゃべつの煮物 わかめと玉ねぎのすまし汁	米 鮭・みそ・片栗粉 人参・醤油 小松菜・きゃべつ・塩・片栗粉 わかめ・玉ねぎ・醤油・塩	硬粥 ハンバーグ かぶのみそ煮 くだもの 小松菜と大根のすまし汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・醤油・片栗粉 かぶ・みそ 小松菜・大根・醤油・塩
8・22・	水	豚汁うどん じゃがいもの煮物 きゃべつときゅうりの煮物	うどん・豚挽き肉・ねぎ・人参・みそ じゃがいも・塩 きゃべつ・きゅうり・塩・片栗粉	硬粥 魚の煮物 大根の煮物 くだもの 人参と玉ねぎのみそ汁	米 かれい・醤油・片栗粉 大根・みそ 人参・玉ねぎ・みそ
9	木	硬粥 豆腐の煮物 さつまいもの煮物 きゃべつと人参の煮物 ねぎとほうれん草のみそ汁	米 豆腐・醤油・片栗粉 さつまいも きゃべつ・人参・醤油・片栗粉 ねぎ・ほうれん草・みそ	煮込みうどん 豆腐の煮物 じゃがいもの煮物 くだもの	うどん・ねぎ・人参・醤油・塩 豆腐・醤油・片栗粉 じゃがいも・塩
10・24・	金	硬粥 ひき肉と野菜のミルク煮 金時豆の煮物 わかめ煮 レタススープ	豚挽き肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・牛乳・塩・片栗粉 金時豆・醤油・砂糖 わかめ・きゃべつ・塩・片栗粉 レタス・玉ねぎ・人参・塩	硬粥 鮭の野菜煮 さつまいもの煮物 くだもの 豆腐ときゃべつのすまし汁	米 鮭・きゃべつ・玉ねぎ・みそ・片栗粉 さつまいも 豆腐・きゃべつ・醤油・塩
11・25・	土	鶏あんかけ丼 かぼちゃの煮物 きゃべつと人参の煮物 玉ねぎとほうれん草のすまし汁	米・鶏ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 かぼちゃ きゃべつ・人参・みそ・片栗粉 玉ねぎ・ほうれん草・醤油・塩	硬粥 鶏団子の煮物 人参の煮物 くだもの かぼちゃともやしのみそ汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・みそ・片栗粉 人参・醤油 かぼちゃ・もやし・みそ
13・27・	月	硬粥 魚の煮物 じゃがいもの煮物 大根と人参のココロ煮 さつまいもと玉ねぎのみそ汁	米 カレイ・醤油・片栗粉 じゃがいも・塩 大根・人参・みそ・片栗粉 さつまいも・玉ねぎ・みそ	硬粥 豆腐の青のり煮 大根の煮物 くだもの 麩ときゃべつのすまし汁	米 豆腐・塩・青のり・片栗粉 大根・みそ 麩・きゃべつ・醤油・塩
14・28・	火	納豆粥 鶏団子の煮物 かぶの煮物 ブロッコリーと人参の煮物 きゃべつと人参のすまし汁	米・納豆・醤油 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・片栗粉・醤油 かぶ・醤油 ブロッコリー・人参・みそ・片栗粉 きゃべつ・人参・醤油・塩	硬粥 豚ひき肉ときゃべつのみそ煮 さつまいもの煮物 くだもの ほうれん草ともやしのスープ	米 豚ひき肉・きゃべつ・みそ・片栗粉 さつまいも ほうれん草・もやし・塩
23	木	あけぼの粥 鶏団子の青のり煮 さつまいもの煮物 きゃべつと人参のすまし汁 ほうれん草と玉ねぎのスープ・バナナ	米・人参 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・青のり・片栗粉・醤油 さつまいも きゃべつ・春雨・シラス・塩・片栗粉 ほうれん草・玉ねぎ・塩・バナナ	煮込みうどん 豆腐の煮物 じゃがいもの煮物 くだもの	うどん・ねぎ・人参・醤油・塩 豆腐・醤油・片栗粉 じゃがいも・塩

お粥の水分量はこどもの状況に合わせて対応いたします。

🏠 今月の誕生会は23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。