

4月の離乳食献立表

日	曜日	初期食	中期食	後期食	午後食(おやつ)
1	土	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 人参のペースト	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) 桃のコンポート	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) 桃のコンポート	おからぼうろ
3	月	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト キャベツのペースト	お粥 ミネストローネ風(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) キャベツの煮浸し ネーブル	軟飯 ハッシュドビーフ(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) キャベツの和え物 ネーブル	鮭おむすび
4	火	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト 大根のペースト	お粥 味噌汁(大根) めんたいの煮物 ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 味噌汁(大根) めんたいの塩焼き ほうれん草のお浸し・バナナ	豆乳パンケーキ
5	水	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト 人参のペースト	お粥 中華スープ 豆腐のそぼろ煮 スティック人参	軟飯 中華スープ 麻婆豆腐 スティック人参	オレンジ
6	木	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 コンソメスープ さけの煮付け キャベツの煮浸し・桃のコンポート	軟飯 コンソメスープ さけのバター焼き キャベツの胡麻和え・桃のコンポート	ヨーグルト
7	金	すりつぶし粥 野菜スープ 南瓜のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(南瓜) 豚肉団子の煮物 スティック人参・バナナ	軟飯 味噌汁(南瓜) 豚肉団子の煮物 マッシュ大豆と人参の和え物・バナナ	ひじきクッキー
8	土	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 人参のペースト	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	トマトカップケーキ
10	月	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ほうれん草のペースト	お粥 すまし汁(大根) めんたいの煮付け ほうれん草の煮浸し・オレンジ	軟飯 すまし汁(大根) めんたいのチーズ焼き ほうれん草のお浸し・オレンジ	お米せんべい
11	火	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(キャベツ) 豆腐のまり煮 スティック人参・バナナ	軟飯 味噌汁(キャベツ) 豆腐のまりあげ スティック人参の胡麻和え・バナナ	マカロニのあべかわ
12	水	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁 赤魚の煮付け 豆腐の和え物・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 赤魚の煮付け 白和え・桃のコンポート	ぶんどろ豆クッキー
13	木	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト キャベツのペースト	お粥 すまし汁(もずく) 煮込みハンバーグ キャベツの煮浸し・ネーブル	軟飯 すまし汁(もずく) ハンバーグ キャベツのお浸し・ネーブル	塩おむすび
14	金	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト キャベツのペースト	お粥 コンソメスープ 豚肉団子のトマト煮 スティックじゃが芋・バナナ	軟飯 コンソメスープ 大豆入り豚肉団子のトマト煮 スティックじゃが芋・バナナ	バタートースト
15	土	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ブロッコリーのペースト	煮込みうどん(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) オレンジ	煮込みうどん(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) オレンジ	クッキー
17	月	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁 たらと野菜の煮物 ほうれん草の煮浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 たらと野菜の煮物 ほうれん草のお浸し・桃のコンポート	きな粉パンケーキ
18	火	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 すまし汁 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの煮浸し・バナナ	軟飯 かき玉汁 凍り豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し・バナナ	大豆のぎすけ煮
19	水	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(豆腐) じゃが芋のそぼろ煮 キャベツの煮浸し	軟飯 味噌汁(豆腐) 肉じゃが キャベツの胡麻和え	なつみ
20	木	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト 人参のペースト	お粥 すまし汁 めんたいの煮付け スティック人参・ネーブル	軟飯 すまし汁 めんたいの照り焼き スティック人参・ネーブル	おむすび
21	金	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト じゃが芋のペースト	お粥 ポトフ(玉葱・人参・じゃが芋・豚肉団子) マカロニサラダ バナナ	軟飯 カレー(玉葱・人参・じゃが芋・豚肉団子) マカロニサラダ バナナ	ドーナツ
22	土	すりつぶし粥 野菜スープ ささ身のペースト 人参のペースト	そぼろあんかけうどん(玉葱・人参・キャベツ・なす・豚ミンチ) オレンジ	そぼろあんかけうどん(人参・玉葱・キャベツ・なす・豚ミンチ) オレンジ	豆腐ケーキ
24	月	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト じゃが芋のペースト	お粥 すまし汁 さけの味噌煮 ひじきのお焼き・桃のコンポート	軟飯 すまし汁 さけの西京焼き ひじきのお焼き・桃のコンポート	蒸しパン
25	火	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁(豆腐) 豚肉団子の煮物 ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 味噌汁(豆腐) 豚肉団子の甘辛煮 ほうれん草の胡麻和え・バナナ	じゃが芋ボンデケーキ
26	水	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁(キャベツ) 鶏肉団子と野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し・オレンジ	軟飯 味噌汁(キャベツ) 大豆入り鶏肉団子と野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し・オレンジ	青菜おむすび
27	木	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト キャベツのペースト	お粥 すまし汁(切干大根) めんたいの煮付け ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 すまし汁(切干大根) めんたいの天ぷら ほうれん草の和え物・バナナ	そら豆・せんべい
28	金	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁 鶏肉団子の煮物 マッシュポテト・ネーブル	軟飯 味噌汁 鶏肉団子の甘辛煮 ポテトサラダ・ネーブル	小豆マフィン
29	土	昭和の日			

◎発達に合わせて、材料、調理法、量、味を変えています。
◎初期食の食材は、変わることがあります。
◎食事とおやつ後にミルクを飲みます。