

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	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 バナナ	軟飯 ハッシュドビーフ(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) キャベツのお浸し バナナ	きな粉パンケーキ
2	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 味噌汁 煮込み豆腐ハンバーグ ブロッコリーの柔らかか煮・ネーブル	軟飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ ブロッコリーのお浸し・ネーブル	塩おむすび
3	水	すりつぶし粥 野菜スープ 大根のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁(大根) 赤魚の煮付け 豆腐の和え物・桃のコンポート	軟飯 味噌汁(大根) 赤魚の煮付け 白和え・桃のコンポート	ひじきクッキー
4	木	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	お粥 すまし汁 鶏肉団子の味噌煮 スティック人参・バナナ	軟飯 すまし汁 鶏肉団子の味噌煮 スティック人参・バナナ	じゃが芋パンデケーキ
5	金	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁(キャベツ) じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の煮浸し・ネーブル	軟飯 味噌汁(キャベツ) 肉じゃが ほうれん草のお浸し・ネーブル	人参蒸しパン
6	土	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト 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) バナナ	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) バナナ	おからぼうろ
8	月	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	お粥 味噌汁 豚肉団子の煮物 スティック人参・ネーブル	軟飯 味噌汁 豚肉団子の煮物 マッシュ大豆と人参の和え物・ネーブル	フライドポテト
9	火	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト ブロッコリーのペースト	お粥 すまし汁(もずく) 赤魚の味噌煮 ブロッコリーの柔らかか煮・バナナ	軟飯 すまし汁(もずく) 赤魚の味噌煮 ブロッコリーの胡麻和え・バナナ	お米せんべい
10	水	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・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 鶏肉団子の甘辛煮 ポテトサラダ・桃のコンポート	大豆のぎす煮
11	木	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト ほうれん草のペースト	お粥 すまし汁 さけの味噌煮 ほうれん草の煮浸し・ネーブル	軟飯 かき玉汁 さけの西京焼き ほうれん草のお浸し・ネーブル	おむすび
12	金	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・バナナ	軟飯 中華スープ 麻婆豆腐 スティック人参・バナナ	豆乳パンケーキ
13	土	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ほうれん草のペースト	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	きな粉クッキー
15	月	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁(キャベツ) たららの煮付け スティック人参・桃のコンポート	軟飯 味噌汁(キャベツ) たららの照り焼き スティック人参・桃のコンポート	ビスケット
16	火	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 大根のペースト	お粥 すまし汁(大根) 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(大根) ハンバーグ キャベツのお浸し・ネーブル	青菜おむすび
17	水	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁 豚肉団子の煮物 ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 味噌汁 豚肉団子の甘辛煮 ほうれん草の胡麻和え・バナナ	小豆マフィン
18	木	すりつぶし粥 野菜スープ 南瓜のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁(南瓜) たらと野菜の煮物 ブロッコリーの柔らかか煮	軟飯 味噌汁(南瓜) まぐろの野菜揚げ ブロッコリーのお浸し	なつみ
19	金	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	お粥 コンソメスープ 豚肉団子の煮物 スティック人参・桃のコンポート	軟飯 コンソメスープ 豚肉団子の煮物 スティック人参・桃のコンポート	ぶんどろ豆クッキー
20	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) バナナ	煮込みうどん(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) バナナ	トマトカップケーキ
22	月	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁 さけの煮付け ほうれん草の煮浸し・ネーブル	軟飯 味噌汁 さけのバター焼き ほうれん草のお浸し・ネーブル	蒸しパン
23	火	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 すまし汁 鶏肉団子の煮物 キャベツの煮浸し・桃のコンポート	軟飯 すまし汁 大豆入り鶏肉団子の煮物 キャベツのお浸し・桃のコンポート	さけおむすび
24	水	すりつぶし粥 野菜スープ ブロッコリーのペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁 たららの煮付け ブロッコリーの柔らかか煮・バナナ	軟飯 味噌汁 たららの天ぷら ブロッコリーのお浸し・バナナ	そら豆・せんべい
25	木	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 すまし汁(切干大根) 豆腐と野菜の煮物 ほうれん草の煮浸し・ネーブル	軟飯 すまし汁(切干大根) 凍り豆腐と野菜の煮物 ほうれん草の胡麻和え・ネーブル	青のりトースト
26	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) マカロニのクリーム煮 バナナ	軟飯 カレー(玉葱・人参・じゃが芋・豚肉団子) マカロニのクリーム煮 バナナ	おからドーナツ
27	土	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト 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) ネーブル	そぼろあんかけうどん(人参・玉葱・キャベツ・なす・豚ミンチ) ネーブル	ほうれん草マフィン
29	月	昭和の日			
30	火	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 赤魚の煮物 ひじきのお焼き・ネーブル	軟飯 味噌汁 赤魚の塩焼き ひじきのお焼き・ネーブル	マカロニのあべかわ

◎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。