

4月離乳食献立表

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
1 火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 南瓜・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 南瓜の煮物 えのきの味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 南瓜・醤油・砂糖 えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌
2 水	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 人参・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏の西京焼き 野菜の煮物 わかめスープ	米 鶏もも肉・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 わかめ・人参・玉葱・中華だし・薄口醤油・ごま
3 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鮭のごま焼き 野菜の煮物 豆腐の味噌汁	米 鮭・ごま・醤油・みりん 人参・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
4 金	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 人参・玉葱・白菜・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 人参・玉葱・白菜・醤油
5 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 野菜スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・えのき・薄口醤油・中華だし
7 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 じゃが芋の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 じゃが芋・人参・玉葱・キャベツ・わかめ・葱・味噌
8 火	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・小松菜・醤油・砂糖 玉葱・わかめ・豆腐・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 すまし汁	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・小松菜・醤油・砂糖 玉葱・豆腐・えのき・わかめ・葱・薄口醤油
9 水	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油	米粥 かれいのしそ焼き 野菜の煮物 キャベツの味噌汁	米 かれい・しそ・醤油・酒・みりん・砂糖 人参・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
10 木	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 鶏のマーマレード焼き 野菜の煮物 スープ	米 鶏もも肉・醤油・砂糖・塩・マーマレード・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・キャベツ・醤油
11 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油
12 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 さつまいも・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 さつまいもの味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 さつまいも・人参・玉葱・キャベツ・葱・味噌
14 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・さつまいも・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 なめこ汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・さつまいも・醤油・砂糖 なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・葱・味噌
15 火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・醤油・砂糖 人参・キャベツ・胡瓜・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 じゃが芋のおかか煮 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・醤油・酒・砂糖・かつお節 人参・キャベツ・胡瓜・醤油

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
16 水	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 ほうれん草・玉葱・豆腐・醤油	米粥 鮭のみりん漬け焼き 野菜の煮物 ほうれん草の味噌汁	米 鮭・みりん・酒・醤油 人参・キャベツ・醤油・砂糖 ほうれん草・人参・玉葱・えのき・豆腐・葱・味噌
17 木	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 人参・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 えのきスープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 えのき・人参・玉葱・キャベツ・中華だし・塩
18 金	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・小松菜・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 にらの味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・小松菜・醤油・砂糖 にら・人参・玉葱・豆腐・えのき・味噌
19 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・じゃが芋・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 具だくさん汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 人参・玉葱・じゃが芋・豆腐・葱・味噌
21 月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 人参・玉葱・レタス・醤油	米粥 煮込みハンバーグ 野菜の煮物 スープ	米 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・ウスター・ケチャップ・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 人参・玉葱・レタス・醤油
22 火	米粥 金時豆の煮物 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 人参・玉葱・じゃが芋・醤油	米粥 金時豆煮 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 人参・玉葱・じゃが芋・醤油
23 水				
24 木	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油	米粥 鶏の照り焼き 野菜の煮物 スープ	米 鶏もも肉・醤油・みりん 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油
25 金	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 豆腐・人参・大根・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 かれい・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 豆腐・人参・大根・醤油
26 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 えのきの味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 えのき・豆腐・玉葱・キャベツ・葱・味噌
28 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・チンゲン菜・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 鶏のマヨポン焼き 野菜の煮物 しめじの味噌汁	米 鶏もも肉・マヨネーズ・醤油・みりん・酒・酢・レモン果汁 人参・チンゲン菜・醤油・砂糖 しめじ・豆腐・玉葱・キャベツ・葱・味噌
29 火				
30 水	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 わかめの味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・キャベツ・葱・味噌

★献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。

★マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。

★今月は旬の食材としてにら、キャベツ、ブロッコリー、玉葱などを取り入れています。

★調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。