

2022年4月 離乳食献立表

四つ木なかよし保育園

日にち	曜日	5～6ヶ月(初期食)	7～8ヶ月(中期食)	9～12ヶ月(後期食)	12～18ヶ月(完了食)	12～18ヶ月(完了食)	
15	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 かわいい煮 小松菜の煮浸し 人参スープ	5倍粥 かわいい煮 小松菜の煮浸し 人参スープ	5倍粥 人参のそぼろ煮 お麩とわかめ煮 みそ汁	ごはん 鮭の塩焼き ひじき煮 みそ汁 オレソジ	コーントースト 牛乳
16	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 ささみと人参煮 キャベツ煮 のりスープ	5倍粥 ささみと人参煮 キャベツ煮 のりスープ	トースト きやべつものそぼろ煮 人参スープ すまし汁	ごはん 鶏肉の竜田揚げ 小松菜とじゃこ和え すまし汁 バナナ	クリームパン 牛乳
18	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 人参煮 野菜スープ	5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 人参甘煮 野菜スープ	5倍粥 人参と蕨の煮つけ 小松菜の煮浸し わかめスープ	ポークカレー フレンチサラダ チキン野菜のスープ オレソジ	ヨーグルト せんべい 麦茶
19	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 人参のそぼろ煮 人参甘煮 キャベツスープ	5倍粥 人参のそぼろ煮 人参甘煮 キャベツスープ	5倍粥 ささみと玉葱煮 さつまいもの甘煮 きのこスープ	ごはん 豚肉の生姜焼き 納豆和え みそ汁 いよかん	大学いも 牛乳
20	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 玉葱のそぼろ煮 玉葱甘煮 みそ汁	5倍粥 玉葱のそぼろ煮 玉葱甘煮 みそ汁	5倍粥 ささみとキャベツミルク煮 さつまいもの甘煮 きのこスープ	乳び 自身魚の唐揚げ 青菜のコンソール イカリソンスープ バナナ	ふりかけごはん 牛乳
21	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク	パンかゆ 自身魚のトマト煮 小松菜の煮浸し 玉葱スープ	7倍粥 ささみとキャベツミルク煮 玉葱甘煮 キャベツスープ	5倍粥 ささみとキャベツミルク煮 玉葱甘煮 キャベツスープ	スベチキイミローズ ポロコリーサラダ 大根スープ オレソジ	フレンチトースト 牛乳
22	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 鶏うどん ポロコリー煮 お麩と人参煮	7倍粥 大根とツナの煮物 人参スープ 玉葱スープ	5倍粥 大根とツナの煮物 人参スープ 玉葱スープ	ロールパン 鶏肉の塩焼き キャベツサラダ 野菜スープ ヨーグルト	塩昆布ごはん 牛乳
23	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 人参のそぼろ煮 キャベツ煮 しめじスープ	5倍粥 人参のそぼろ煮 キャベツ煮 しめじスープ	5倍粥 しらすときやべつ煮 玉葱甘煮 人参スープ	ごはん かわいいの照り焼き 切身大根の煮物 みそ汁 バナナ	青のりポテト 牛乳
25	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 かわいいの煮つけ お麩と人参煮 すまし汁	5倍粥 かわいいの煮つけ お麩と人参煮 すまし汁	トースト ツナとじゃがいもの煮物 人参スープ ねぎスープ	ごはん ハンバーグ マッシュルームソテー かぶスープ オレソジ	マヨネーズトースト (26日:ホットケーキ) 牛乳
26	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	パンかゆ 鶏とかぶの煮物 キャベツ煮 玉葱スープ	7倍粥 玉葱のそぼろ煮 人参とひじき煮 かぶスープ	5倍粥 玉葱のそぼろ煮 人参とひじき煮 かぶスープ	ごはん ちくわの鹽漬揚げ 即席漬け バナナ	そぼろごはん 牛乳
27	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 鶏込みうどん キャベツ煮 人参スープ	7倍粥 人参のそぼろ煮 人参とひじき煮 かぶスープ	5倍粥 人参のそぼろ煮 人参とひじき煮 かぶスープ	けんちんうどん ちくわの鹽漬揚げ 即席漬け バナナ	そぼろごはん 牛乳
28	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 豆腐のそぼろあんかけ きゅうり煮 玉葱スープ	7倍粥 ささみと玉葱煮 人参スープ わかめスープ	5倍粥 豆腐のそぼろあんかけ きゅうり煮 玉葱スープ	ごはん マーボー豆腐 もやしナムル わかめスー りんご	セサミトースト 牛乳

<完了食 529kcal(月平均)>