

2023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 午前	7~8ヶ月 午前	7~8ヶ月 午後	9~12ヶ月 午前	9~12ヶ月 午後	12~18ヶ月	12~18ヶ月 おやつ	
1	15	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	7倍粥 キャベツのそぼろ煮 だいこん煮 すまし汁	5倍粥 ささみと人参煮 キャベツ煮 のりスープ	5倍粥 キャベツのそぼろ煮 スティックだいこん すまし汁	鶏牛蒡丼 ゆかりあえ 味噌汁 ヨーグルト	クリームパン 牛乳
3	17	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 豆腐の青菜のあんかけ 白菜煮 みそ汁	7倍粥 しらすと白菜煮 人参甘煮 わかめスープ	5倍粥 豆腐の青菜あんかけ 白菜煮 みそ汁	5倍粥 しらす白菜煮 人参甘煮 わかめスープ	ご飯 チキンの照り焼き りんご 油揚げと野菜のお浸し 味噌汁	ピザトースト 牛乳
4	18	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 玉葱のそぼろ煮 人参甘煮 キャベツスープ	7倍粥 ツナとじゃがいもの煮物 きゅうり煮 人参スープ	5倍粥 玉葱のそぼろ煮 人参甘煮 キャベツスープ	5倍粥 ツナとじゃがいもの煮物 スティックきゅうり 人参スープ	ポークカレー フレンチサラダ チンゲン菜のスープ パナナ	ヨーグルト せんべい 麦茶
5	19	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 ささみと人参煮 さつまいもの甘煮 のりスープ	7倍粥 お麩と小松菜煮 にんじん煮 白菜スープ	5倍粥 ささみと人参煮 さつまいもの甘煮 のりスープ	5倍粥 お麩と小松菜煮 スティックにんじん 白菜スープ	ご飯 さけの塩麹焼き けんちん汁 小松菜のおかか和え オレンジ	芋けんぴ 牛乳
6	20	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 鶏とじゃがいもの煮物 キャベツ煮 みそ汁	7倍粥 キャベツのそぼろ煮 きゅうり煮 玉葱スープ	5倍粥 鶏とじゃがいもの煮物 キャベツ煮 みそ汁	5倍粥 キャベツのそぼろ煮 きゅうり煮 玉葱スープ	トースト 食パン チキンナゲット マセドアンサラダ キャベツスープ パナナ	切干大根ご飯 牛乳
7	21	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	煮込みうどん じゃがいもの煮物 人参甘煮	7倍粥 ツナとじゃがいもの煮物 スティックいんげん ねぎスープ	煮込みうどん じゃがいもの煮物 人参甘煮	5倍粥 ツナとじゃがいもの煮物 スティックいんげん ねぎスープ	肉うどん ちくわの磯辺揚げ デコボン じゃが芋と人参の炒め煮	五平もち 牛乳
8	22	土	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 もやし煮 わかめスープ	7倍粥 白身魚のスープ煮 キャベツ煮 春雨スープ	5倍粥 豆腐のそぼろあんかけ もやし煮 わかめスープ	5倍粥 白身魚のケチャップ煮 キャベツ煮 春雨スープ	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	塩こんぶご飯 牛乳
10	24	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 豆腐と人参煮 キャベツのおかか煮 みそ汁	7倍粥 ささみとキャベツミルク煮 いんげん煮 すまし汁	5倍粥 豆腐と人参煮 キャベツのおかか煮 みそ汁	5倍粥 ささみとキャベツミルク煮 いんげん煮 すまし汁	麦ごはん さばのカレー焼き 味噌汁 いんげんのおかか和え いちご	さつま芋ドーナッツ 牛乳
11	25	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	鶏うどん きゅうりとわかめ煮 小松菜の煮浸し	7倍粥 しらすとキャベツ煮 さつまいもの甘煮 玉葱スープ	鶏うどん きゅうりとわかめ煮 小松菜の煮浸し	5倍粥 しらすとキャベツ煮 さつまいもの甘煮 玉葱スープ	スパゲティナポリタン コーンサラダ 青菜スープ りんご	ふりかけおにぎり 牛乳
12	26	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 大根とツナの煮物 野菜の煮びたし みそ汁	7倍粥 人参と麩の煮つけ 大根煮 のりスープ	5倍粥 大根とツナの煮物 野菜の煮びたし みそ汁	5倍粥 人参と麩の煮つけ 大根煮 のりスープ	ご飯 大根と豚肉の甘辛煮 磯和え かき玉汁 いやかん	ワッフル 牛乳
13	28	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 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 鶏とかぶの煮物 キャベツ煮 玉葱スープ	5倍粥 玉葱のそぼろ煮 人参とひじき煮 かぶスープ	ご飯 ハンバーグ かぶスープ アップルドレッシングサラダ オレンジ	セサミトースト (27日:ホットケーキ) 牛乳
14	28	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 肉じゃが きゅうりとわかめ煮 ほうれん草スープ	7倍粥 ささみときゅうり煮 小松菜の煮浸し 人参スープ	5倍粥 肉じゃが きゅうりとわかめ煮 ほうれん草スープ	5倍粥 ささみときゅうり煮 小松菜の煮浸し 人参スープ	ピピンバ 中華風きゅうり わかめスープ パナナ	青のりポテト 牛乳

※<完了食、乳児食の提供について>

喫食時の管理安全上の理由により、一定の期間中、麺類、パン類、お菓子関係は、小麦粉、卵を使わない食品を使用いたします。ご質問等がありましたら、栄養士戸田までご連絡ください。

ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

<完了食535kcal(月平均)>