

2024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	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク 7倍粥 鮭のしょうゆ煮 小松菜草の煮浸し キャベツスープ	パンかゆ きゃべつのそぼろ煮 にんじん煮 小松菜スープ	5倍粥 鮭のみそ煮 小松菜の煮浸し キャベツスープ	トースト きゃべつのそぼろ煮 スティックにんじん 小松菜スープ	ご飯 鮭の塩焼き 青菜の煮浸し みそ汁 バナナ	牛乳 マヨチーズトースト
2	16	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 ほうれん草の煮浸し	7倍粥 ささみと人参煮 きゅうり煮 ねぎスープ	鶏うどん きゅうりとわかめ煮 ほうれん草の煮浸し	5倍粥 ささみと人参煮 スティックきゅうり ねぎスープ	五目うどん ちくわの磯辺揚げ きゅうりとささみの梅和え オレンジ	牛乳 鮭おにぎり
3	17	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク 7倍粥 ささみと玉葱煮 さつまいもの甘煮 人参スープ	7倍粥 大根のそぼろ煮 玉葱甘煮 さつまいものスープ	5倍粥 ささみと玉葱煮 さつまいもの甘煮 人参スープ	5倍粥 大根のそぼろ煮 玉葱甘煮 さつまいものスープ	ご飯 ポークチャップ フレンチサラダ 大根スープ バナナ	牛乳 スイートポテト
4	18	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク パンかゆ ささみと人参煮 キャベツ煮 きのこスープ	7倍粥 きゃべつのそぼろ煮 にんじん煮 きゅうりスープ	トースト ささみと人参煮 キャベツ煮 きのこスープ	5倍粥 きゃべつのそぼろ煮 スティックにんじん きゅうりスープ	食パン フライドチキン 和風ドレッシングサラダ 青菜スープ オレンジ	牛乳 ツナの炊き込みおにぎり
5	19	金	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 玉葱甘煮 キャベツスープ	7倍粥 白身魚と人参の煮つけ きゅうり煮 ポテトのスープ	5倍粥 鶏とじゃがいもの煮物 玉葱甘煮 キャベツスープ	5倍粥 白身魚と人参の煮つけ スティックきゅうり ポテトのスープ	チキンカレー コーンサラダ チンゲン菜のスープ いちご	麦茶 ヨーグルトパフェ
6	20	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク みそうどん だいこん煮 キャベツ煮	7倍粥 大根のそぼろ煮 にんじん煮 玉葱スープ	みそうどん スティックだいこん キャベツ煮	5倍粥 大根のそぼろ煮 スティックにんじん 玉葱スープ	春キャベツパスタ 大根サラダ コンソメスープ ヨーグルト	牛乳 わかめご飯
8	22	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク 7倍粥 かれいの煮つけ 小松菜草の煮浸し 玉葱のみそ汁	7倍粥 きゃべつのそぼろ煮 かぼちゃの甘煮 小松菜スープ	5倍粥 かれいの煮つけ 小松菜の煮浸し 玉葱のみそ汁	5倍粥 きゃべつのそぼろ煮 かぼちゃの甘煮 小松菜スープ	ご飯 白身魚のおろし煮 青菜ともやしのおかか和え みそ汁 オレンジ	牛乳 かぼちゃドーナツ
9	23	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク 7倍粥 豆腐とささみ煮 白菜煮 人参スープ	7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 きゅうり煮 すまし汁	5倍粥 豆腐とささみ煮 白菜煮 人参スープ	5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 スティックきゅうり すまし汁	ご飯 マーボー豆腐 中華風きゅうり 白菜スープ いちご	牛乳 ベーコンポテト
10	24	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク 7倍粥 白菜のひき肉あん 玉葱甘煮 きゅうりスープ	パンかゆ 豆腐とツナ煮 にんじん煮 きのこスープ	5倍粥 白菜のひき肉あん 玉葱甘煮 きゅうりスープ	トースト 豆腐とツナ煮 スティックにんじん きのこスープ	手作りなめたけごはん 鶏のすき焼き風煮 切干とツナの和え物 すまし汁 バナナ	牛乳 シュガートースト
11	25	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク 7倍粥 白身魚と人参の煮つけ ほうれん草の煮浸し みそ汁	7倍粥 鶏とじゃがいもの煮物 キャベツ煮 ほうれん草のすまし汁	5倍粥 白身魚と人参の煮つけ ほうれん草の煮浸し みそ汁	5倍粥 鶏とじゃがいもの煮物 キャベツ煮 ほうれん草のすまし汁	ご飯 さばの煮つけ 納豆和え みそ汁 いちご	牛乳 オレンジゼリー せんべい
12	26	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク 和風みそうどん ブロッコリー煮 きゅうり煮	7倍粥 ささみと玉葱煮 にんじん煮 ブロッコリースープ	和風みそうどん ブロッコリー煮 スティックきゅうり	5倍粥 ささみと玉葱煮 スティックにんじん ブロッコリースープ	肉みそパゲッティ グリーンサラダ キャベツスープ オレンジ	牛乳 五平もち
13	27	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク 7倍粥 白菜のひき肉あん お麩とわかめ煮 オニオンスープ	7倍粥 白身魚と人参の煮つけ 玉葱甘煮 すまし汁	5倍粥 白菜のひき肉あん お麩とわかめ煮 オニオンスープ	5倍粥 白身魚と人参の煮つけ 玉葱甘煮 すまし汁	焼肉丼 白菜のごま和え みそ汁 ヨーグルト	牛乳 ピザトースト
	30	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク 7倍粥 ささみとキャベツ煮 きゅうり煮 人参スープ	7倍粥 玉葱のそぼろ煮 キャベツ煮 きゅうりスープ	5倍粥 ささみとキャベツ煮 スティックきゅうり 人参スープ	5倍粥 玉葱のそぼろ煮 キャベツ煮 きゅうりスープ	カレー風味ライス チキンの照り焼き 人参ドレッシングサラダ コンソメスープ バナナ	牛乳 ホットケーキ

<完了食519kcal(月平均)>