

4月 離乳食献立



日にち	献立名	材料名			午後のおやつ
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	からだの調子を整える食品	
1・17	鶏そぼろ丼 チンゲン菜のスープ 1：でこぼん	米 マカロニ	鶏ささみひき肉 きな粉	キャベツ 玉ねぎ ねぎ チンゲン菜 人参 でこぼん	マカロニきな粉
2	おかゆ 豆腐のそぼろあんかけ かぼちゃのみそ汁	米	鶏ささみひき肉 豆腐 赤みそ	玉ねぎ キャベツ 人参 きゅうり もやし かぼちゃ あさつき 青のり	青のりがゆ
3・16	おかゆ かれいと豆腐の和風あんかけ 白菜のすまし汁	米 小麦粉	かれい 豆腐 牛乳	ほうれん草 白菜 人参 玉ねぎ	ミルクパンケーキ
4・18	ツナの雑炊 小松菜のすまし汁	米	ツナ水煮缶 花かつお	玉ねぎ 人参 キャベツ 小松菜 もやし	4：米せんべい 18：おかががゆ
6・20	おかゆ じゃがいもとツナのトマト煮 キャベツのすまし汁 パナナ	米 じゃがいも 小麦粉	ツナ水煮缶 牛乳	玉ねぎ 人参 トマト缶 パナナ キャベツ きゅうり コーン缶	ミルクパンケーキ
7・21	おかゆ 和風マーボー豆腐 レタスのスープ	米 春雨 食パン	鶏ささみひき肉 豆腐	玉ねぎ 人参 ねぎ レタス	食パン
8・22	おかゆ 鮭とじゃがいもの煮付け チンゲン菜のみそ汁	米 じゃがいも 小麦粉	鮭 白みそ 牛乳	人参 ビーマン 大根 チンゲン菜 ねぎ パナナ	バナナパンケーキ
9・23	豆乳パン チキンポトフ マカロニとツナのケチャップ煮	米 じゃがいも マカロニ 豆乳パン	鶏ささみひき肉 ツナ水煮缶 しらす	キャベツ 人参 玉ねぎ ビーマン ケチャップ	しらすがゆ
10・24	おかゆ 鶏だんごのケチャップ煮 豆乳スープ	米 さつまいも じゃがいも	鶏ささみひき肉 豆乳 合わせみそ	玉ねぎ ケチャップ ほうれん草 人参 もやし フロッコリー	じゃがいものみそ煮
11・25	ツナと野菜の雑炊 フロッコリーのスープ	米 小麦粉	ツナ水煮缶 牛乳	人参 玉ねぎ ビーマン フロッコリー	11：ミルクパンケーキ 25：米せんべい
13・27	ツナと豆腐のあんかけ丼 お麩のみそ汁 13：でこぼん 27：オレンジ	米 小玉麩 さつまいも	ツナ水煮缶 豆腐 合わせみそ	人参 ねぎ 小松菜 玉ねぎ あさつき でこぼん オレンジ	さつまいもの煮物
14・28	おかゆ 白菜のそぼろ煮 わかめスープ	米 食パン	鶏ささみひき肉	白菜 人参 玉ねぎ わかめ コーン缶	食パン
15・30	ツナスパゲッティー キャベツのスープ バナナ	米 スパゲッティー	ツナ水煮缶 花かつお	玉ねぎ 人参 トマト缶 ケチャップ キャベツ パナナ	おかががゆ

※献立は後期食になります。初期・中期食は段階に合わせ調理します。

※中期から、かつおの削り節でとただしを使用しています。

※献立は変更になる場合があります。 ※必要に応じ片栗粉を使用します。