



## 4月 離乳食献立表



菊野台かしのみ保育園

	7・8か月頃		9～11か月頃				完了期 (12か月～)		
	午前食	食材	午前食	食材	午後食	食材	昼食	食材	おやつ
1(月) ・ 15(月)	7倍がゆ 鶏挽肉ペースト キャベツすり煮 玉ねぎつぶし煮 スープ(汁のみ)	米 鶏挽肉 キャベツ・人参 玉ねぎ	おかゆ～軟飯 鶏団子ケチャップ煮 キャベツ煮浸し コーンスープ	米 鶏挽肉・玉ねぎ キャベツ・人参 コーン・玉ねぎ	ホットケーキ ツナソテー トマトスープ	ケーキMix粉 ピーマン・人参・ツナ トマト・キャベツ	チキンライス ツナサラダ コーンスープ	米・鶏肉・玉ねぎ ピーマン・黄ピーマン キャベツ・人参・ツナ 胡瓜・トマト コーン・玉ねぎ	ショートブレッド 小麦粉・米粉・バター トマトスープ トマト・キャベツ
2(火) ・ 16(火)	煮込みうどん ほうれん草すり煮 人参つぶし煮 スープ(汁のみ)	うどん・豚挽肉 ほうれん草 人参	煮込みうどん 人参旨煮	うどん・もやし・長ねぎ 豚挽肉・ほうれん草 人参・アスパラガス	パン 茹で魚 コロコロ胡瓜 ポテトスープ	食パン 白身魚 胡瓜・人参 じゃが芋・ほうれん草	もやしラーメン 春野菜サラダ	生中華麺・もやし・長ねぎ なると・ほうれん草 人参・アスパラガス キャベツ	パン ドックパン ポテトサラダ じゃが芋・胡瓜・ハム
3(水) ・ 17(水)	7倍がゆ 豆腐ペースト 二色あんどじ スープ(汁のみ)	米 豆腐 もやし・人参	おかゆ～軟飯 麻婆豆腐 二色和え 味噌汁	米 豆腐・豚挽肉・長ねぎ もやし・人参 さつま芋・万能ねぎ	ナポリタン ほうれん草ソテー わかめスープ	サラスパ・鶏肉・人参 玉ねぎ ほうれん草・もやし わかめ・長ねぎ	軟飯 麻婆豆腐 ナムル 味噌汁	米・麦 豆腐・豚挽肉・長ねぎ ほうれん草・もやし・人参 さつま芋・万能ねぎ	ナポリタン サラスパ・鶏肉・人参 玉ねぎ オレンジゼリー ゼラチン・オレンジジュース
4(木) ・ 18(木)	パンがゆ 鶏挽肉ペースト トマトつぶし煮 胡瓜すり煮 スープ(汁のみ)	食パン 鶏挽肉・玉ねぎ トマト 胡瓜	パン チキンバーグ コロコロ胡瓜 トマト オニオンスープ	食パン 鶏挽肉・玉ねぎ 胡瓜 トマト 玉ねぎ	わかめがゆ 煮魚 ピーマンソテー 味噌汁	米・わかめ 白身魚 ピーマン・人参 なす	パン チキンバーグ マカロニサラダ オニオンスープ	バターロール 鶏挽肉・玉ねぎ マカロニ・胡瓜・人参 マヨネーズ・トマト 玉ねぎ・パセリ	わかめごはん 米・わかめ 味噌汁 なす
5(金) ・ 19(金)	7倍がゆ 白身魚ペースト 二色マッシュ 小松菜すり煮 スープ(汁のみ)	米 白身魚 じゃが芋・人参 小松菜・キャベツ	おかゆ～軟飯 煮魚 二色マッシュ 小松菜煮浸し 味噌汁	米 白身魚 じゃが芋・人参 小松菜・キャベツ 白菜・長ねぎ	マカロニきな粉 鶏肉の柔らか煮 南瓜スープ	マカロニ・きな粉 鶏肉・キャベツ 玉ねぎ・白滝 南瓜・人参	軟飯 焼き魚 肉じゃが キャベツお浸し 味噌汁	米 鮭 じゃが芋・人参・玉ねぎ・豚肉 キャベツ・小松菜 白菜・長ねぎ	マカロニきな粉煮 マカロニ・きな粉 南瓜スープ 南瓜・人参
6(土) ・ 20(土)	7倍がゆ 鶏挽肉ペースト 大根つぶし煮 スープ(汁のみ)	米 鶏挽肉 大根・人参	おかゆ～軟飯 玉ねぎそぼろ煮 コロコロ野菜 味噌汁	米 玉ねぎ・鶏挽肉 大根・人参 しめじ・万能ねぎ	パン 肉団子ケチャップ煮 スティック胡瓜 オニオンスープ	食パン 豚挽肉・玉ねぎ 胡瓜・人参 玉ねぎ	混ぜご飯 コロコロ野菜 味噌汁	米・白滝・人参 ごぼう・鶏挽肉 大根・人参・胡瓜 しめじ・玉ねぎ・万能ねぎ	パン 食パン 肉団子スープ 豚挽肉・玉ねぎ

※主食・主菜・副菜の分量については乳児食の8割からを目安としています。

	7・8か月頃		9～11か月頃				完了期（12か月～）		
	午前食	食材	午前食	食材	午後食	食材	昼食	食材	おやつ
8(月) ・ 22(月)	7倍がゆ 豚挽肉ペースト ほうれん草すり煮 スープ(汁のみ)	米 豚挽肉・玉ねぎ ほうれん草・人参	おかゆ～軟飯 ミートポテト ほうれん草煮浸し 味噌汁	米 豚挽肉・じゃが芋・玉ねぎ ほうれん草・人参 なす	ホットケーキ ツナソテー ココロ人参 青菜スープ	ケーキMix粉 ツナ・ピーマン・玉ねぎ 人参 ほうれん草	ミルクカレー ほうれん草ツナ和え	米・豚肉・じゃが芋・人参 玉ねぎ・カレールウ・牛乳 ほうれん草・人参・ツナ ごま	ホットケーキ ケーキMix粉・牛乳 青菜スープ ほうれん草
9(火) ・ 23(火)	煮込みうどん 白身魚ペースト 人参つぶし煮 スープ(汁のみ)	うどん 白身魚 人参・大根	わかめうどん 人参旨煮	うどん・わかめ・長ねぎ 鶏挽肉 人参・大根・白身魚 さやいんげん	おかゆ～軟飯 鶏肉と里芋の味噌煮 清汁	米 鶏肉・里芋・人参 玉ねぎ・たけのこ 大根・長ねぎ	五目うどん 油麩の煮物	うどん・鶏肉・長ねぎ わかめ・人参・かまぼこ 油麩・大根・たけのこ 里芋・さやいんげん	パリパリピザ 餃子の皮・ピーマン ウインナー・玉ねぎ・チーズ 清汁 大根・長ねぎ
10(水) ・ 24(水)	7倍がゆ 豆腐ペースト 小松菜すり煮 白菜とじ煮 スープ(汁のみ)	米 豆腐 小松菜・人参 白菜・もやし	おかゆ～軟飯 白身魚の野菜あんかけ 味噌汁	米 白身魚・白菜・もやし チンゲン菜・赤ピーマン 小松菜・人参・豆腐 わかめ・長ねぎ	豆乳蒸しパン 肉団子ケチャップ煮 もやし炒め チンゲン菜スープ	ケーキMix粉・豆乳 豚挽肉・玉ねぎ もやし・人参・白菜 チンゲン菜・赤ピーマン	中華丼 小松菜のごま和え 豆腐スープ	軟飯・豚肉・かまぼこ・もやし チンゲン菜・白菜・赤ピーマン 小松菜・人参・油揚げ・ごま 豆腐・わかめ・長ねぎ	型抜きクッキー 小麦粉・バター・卵 チンゲン菜スープ チンゲン菜・赤ピーマン
11(木)	パンがゆ 豚挽肉ペースト マッシュポテト トマトつぶし煮 スープ(汁のみ)	食パン 豚挽肉 じゃが芋 トマト	パン ポークビーンズ マッシュポテト かぶスープ	食パン 豚挽肉・玉ねぎ・人参 大豆・ホールトマト じゃが芋 かぶ	おかゆ～軟飯 煮魚 ココロ野菜 味噌汁	米 白身魚 人参・かぶ 玉ねぎ・じゃが芋	パン ポークビーンズ マッシュポテト かぶスープ	ソフトフランスパン 豚肉・玉ねぎ・人参 大豆・ホールトマト じゃが芋・牛乳・バター かぶ・ベーコン・パセリ	鮭ごはん 米・鮭 味噌汁 玉ねぎ・じゃが芋
12(金) ・ 26(金)	7倍がゆ 白身魚ペースト なすとじ煮 小松菜すり煮 スープ(汁のみ)	米 白身魚 なす 小松菜・人参	おかゆ～軟飯 魚と野菜のからめ煮 ココロ胡瓜 味噌汁	米 白身魚・もやし・人参 胡瓜 小松菜・なす	そうめん なす味噌煮	そうめん・人参・長ねぎ 小松菜 なす・もやし・ピーマン	軟飯 蒸し魚のごまソースかけ おかひじきサラダ 味噌汁	米 鯖・ごま・マヨネーズ もやし・人参 おかひじき・胡瓜・かにかま 小松菜・なす・長ねぎ	ポンデケーキ じゃが芋・片栗粉 小麦粉・チーズ 人参スープ 人参・長ねぎ・小松菜
13(土) ・ 27(土)	そぼろがゆ キャベツすり煮 スープ(汁のみ)	米・鶏挽肉 赤ピーマン キャベツ・人参・胡瓜	そぼろがゆ キャベツ煮浸し 味噌汁	米・鶏挽肉・赤ピーマン 万能ねぎ キャベツ・人参・胡瓜 玉ねぎ・わかめ	パン コーンソテー トマトスープ	食パン コーン・玉ねぎ・人参 キャベツ・豚挽肉 トマト・赤ピーマン	チャーハン キャベツサラダ 味噌汁	米・焼豚・赤ピーマン コーン・万能ねぎ キャベツ・胡瓜・人参・トマト 玉ねぎ・わかめ	リングドーナツ トマトスープ トマト・赤ピーマン
25(木)	7倍がゆ 鶏ささみペースト ブロッコリーとじ煮 さつま芋マッシュ スープ(汁のみ)	米 鶏ささみ ブロッコリー さつま芋	おかゆ～軟飯 ささみ照り煮 ココロ野菜 人参スープ	米 鶏ささみ ブロッコリー・さつま芋 人参・玉ねぎ	スイートポテト ブロッコリーソテー 肉団子スープ	さつま芋・豆乳 ブロッコリー・コーン 玉ねぎ 豚挽肉・玉ねぎ	コーンライス ささみの照り煮 ココロ野菜 ジュリエンスープ	米・コーン・ピーマン 玉ねぎ ささみ ブロッコリー・さつま芋・トマト 人参・玉ねぎ・パセリ	パンビー 小麦粉・卵・紛糖 グラニュー糖・牛乳 肉団子スープ 豚挽肉・玉ねぎ

※離乳食献立完了期は、個別に配慮して内容を変更することがあります。





