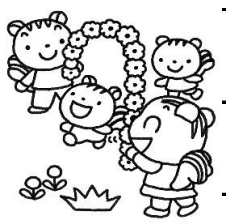




4月 離乳食献立表(中期)

日	曜日	献立名		主な材料	日	曜日	献立名		主な材料
		主食	おかず				主食	おかず	
1	月				17	水	うどん	みそ煮込みうどん 三度豆のおかか煮 バナナの甘煮	うどん・鮭15・豆腐20・大根15・人参5・里芋10・みそ2 三度豆20・かつお節0.2 バナナ20
2	火				18	木	軟飯	高野豆腐のふくら煮 もやしとピーマンの磯煮 絹揚げと青菜のみそ汁	高野豆腐5・玉ねぎ10・人参10・ブロッコリー10・醤油 もやし15・ピーマン5・青のり0.1 絹揚げ10・青菜10・みそ2
3	水		入園式		19	金	軟飯	鱈のだし煮 野菜の炊いたん/わかめと豆苗のみそ汁 (午後のおやつ)かぼちゃボール	鱈20 キャベツ15・三度豆5・ブロッコリー10/わかめ0.5・豆苗1・みそ2 かぼちゃ20・片栗粉2
4	木				20	土	おじや	ツナのおじや	米・ツナ缶20・玉ねぎ15・小松菜10・人参 10・みそ2
5	金				22	月	軟飯	豆腐のそぼろあん ひじきの煮物 新玉ねぎとじゃがいものみそ汁	豆腐20・鶏ひき肉15・キャベツ10・青菜5・醤油0.5 ひじき0.5・玉ねぎ10・人参5・醤油0.2 新玉ねぎ15・じゃがいも15・みそ2
6	土				23	火	軟飯	鮭のミルク煮 春雨の煮物 玉ねぎと里芋のみそ汁	鮭20・スキムミルク1 春雨3・きゅうり10・人参10・醤油0.3 玉ねぎ10・里芋10・ねぎ2・みそ2
8	月	軟飯	鶏じゃが 人参ときゅうりのやわらか煮 キャベツのみそ汁	鶏ひき肉15・玉ねぎ5・じゃが芋10 人参10・きゅうり10 キャベツ10・みそ2	24	水	軟飯	高野豆腐の煮物 もやしとほうれん草のうま煮 玉ねぎとねぎのみそ汁	高野豆腐5・ひじき0.5・人参10・椎茸8・醤油0.5 もやし15・ほうれん草15・醤油0.2 玉ねぎ15・ねぎ2・みそ2
9	火	軟飯	鮭のみそ煮 ほうれん草のおかか煮/五目汁 (午後のおやつ)りんごの蒸しパン	鱈20・みそ1 ほうれん草20・かつお節1/大根10・人参5・春雨1・わかめ0.5・ねぎ0.5・醤油3 米粉30・りんご20・BP1.2	25	木	ひじき 入りご 飯	鱈の人参ソース煮 ブロッコリーとしめじのおかか煮 貝だくさんみそ汁	鱈20・人参20 ブロッコリー20・しめじ5・かつお節2 大根10・玉ねぎ5・里芋10・麩0.5・ねぎ3・みそ2
10	水	軟飯	ひじき入りつくね団子 千切大根の煮物 小松菜としめじのみそ汁	鶏ひき肉15・ひじき1・玉ねぎ5・しいたけ5・醤油1 千切大根2・人参10・三度豆5 小松菜5・しめじ5・みそ2	26	金	軟飯	チキンボールと春キャベツの煮物 ほうれん草と人参の磯煮/えのきとねぎのみそ汁 (午後のおやつ)バナナの甘煮	鶏ひき肉15・豆腐20・玉ねぎ10・春キャベツ20・醤油0.5 ほうれん草20・人参5・青のり0.1/えのき5・ねぎ2・みそ2 バナナ20
11	木	軟飯	鱈の磯辺煮 かぼちゃの煮物 麩と玉ねぎのみそ汁	鱈20・青のり0.1 かぼちゃ20・人参10 麩2・玉ねぎ5・小松菜5・みそ2	27	土	おじや	鮭のみそおじや	米・鮭20・豆腐15・玉ねぎ10・人参5・ね ぎ2・白滝15・みそ3
12	金	軟飯	豆腐の野菜あん ブロッコリーのやわらか煮 トマトと豆苗のみそ汁	豆腐40・玉ねぎ10・人参10・しいたけ5・醤油3 ブロッコリー15 トマト10・豆苗2・みそ2					
13	土	おじや	鶏と豆腐のそぼろおじや	米・鶏ひき肉10・豆腐30・三度豆10・人参 10・ほうれん草10・醤油2					
15	月	軟飯	豆腐ハンバーグ 小松菜のぼつり煮/大根とえのきのみそ汁 (午後のおやつ)さつま芋の甘煮	豆腐20・鶏ひき肉10・玉ねぎ5・人参3・醤油0.2 小松菜20・長ネギ1・醤油0.2/大根5・えのき5・みそ2 さつまいも20					
16	火	おじや	鱈ときのこのおじや ほうれん草の磯煮 (午後のおやつ)米粉おやき	米・鱈20・しめじ10・ひじき0.5・長ネギ2 ほうれん草20・刻みのり2 米粉10・玉ねぎ10・人参5・青ねぎ2・かつお節0.2					



※適宜和風だし・片栗粉を使用します。

ごにゅうえんおめでとございます！

