

4月 離乳食献立表《後期》

日	曜日	献立名		主な材料	月	曜日	献立名		主な材料
		主食	おかず				主食	おかず	
1	土				18	火	うどん	野菜煮込みうどん 肉団子のあんかけ ブロッコリーのだし煮	うどん・キャベツ・もやし 豚ミンチ・豆腐・ケチャップ・人参・だし・片栗粉 ブロッコリー・醤油・だし
3	月	入園式			19	水	軟飯	鶏ささみとキャベツのみそ煮 3色和え わかめスープ	鶏ささみ・キャベツ・絹揚げ・みそ・醤油・砂糖 ほうれん草・人参・もやし・醤油・だし わかめ・鶏ガラ
4	火	慣らし保育			20	木	軟飯	鱈のおやき 小松菜と人参のツナ和え 豆腐と三つ葉のすまし汁	鱈・じゃが芋・青のり・米粉 小松菜・人参・ツナ・醤油・だし 豆腐・三つ葉・醤油・だし
5	水				21	金	軟飯	じゃが芋のそぼろあん きゅうりスティック うす揚げとかぼちゃのみそ汁	じゃが芋・鶏ミンチ・玉ねぎ・醤油・だし・片栗粉 きゅうり・かつお節・だし うす揚げ・かぼちゃ・青ねぎ・みそ・だし
6	木				22	土	おじや	おじや	米・ツナ・玉ねぎ・人参・醤油・だし
7	金				軟飯	豆腐の野菜あんかけ キャベツのだし煮 もやしとわかめスープ	豆腐・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・椎茸・鶏ガラ キャベツ・醤油・だし もやし・わかめ・鶏ガラ	24	月
8	土	おじや	おじや	米・ツナ・小松菜・人参・醤油・だし	25	火	軟飯	じゃが芋とそぼろのみそ煮込み ひじきの煮物 もやしとなすのすまし汁	じゃが芋・鶏ミンチ・玉ねぎ・みそ・だし ひじき・人参・うす揚げ・醤油・砂糖・だし もやし・なす・青ねぎ・醤油・だし
10	月	軟飯	鶏ささみと野菜の中華煮 じゃが芋の青のり和え 豆腐とわかめのみそ汁	鶏ささみ・玉ねぎ・もやし・鶏ガラ じゃが芋・青のり 豆腐・わかめ・青ねぎ・みそ・だし	26	水	軟飯	肉豆腐 キャベツのおかか和え ブロッコリーと人参のスープ	鶏ささみ・豆腐・人参・醤油・だし キャベツ・かつお節・だし ブロッコリー・人参・鶏ガラ
11	火	軟飯	鶏肉の煮物 ブロッコリーのおかか和え そうめん汁	鶏むね肉・白菜・小松菜・醤油・だし ブロッコリー・かつお節・だし そうめん・青ねぎ・醤油・だし	27	木	うどん	鮭の味噌うどん キャベツと人参のサラダ ほうれん草の納豆和え	うどん・鮭・玉ねぎ・みそ・だし キャベツ・人参・酢・醤油 ほうれん草・納豆・醤油・だし
12	水	軟飯	焼き鰯の野菜あんかけ きゅうりスティック じゃが芋と玉ねぎのスープ	鰯・キャベツ・人参・醤油・だし・片栗粉 きゅうり・かつお節・だし じゃが芋・玉ねぎ・鶏ガラ	28	金	軟飯	鱈とほうれん草の煮物 大豆サラダ じゃが芋と人参のスープ	鱈・ほうれん草・醤油・だし 大豆水煮・キャベツ・焼きのり・醤油 じゃが芋・人参・鶏ガラ
13	木	軟飯	鱈のだし煮 三度豆のおかか和え ねばねばみそ汁	鱈・醤油・だし・片栗粉 三度豆・人参・かつお節・だし オクラ・なめこ・玉ねぎ・みそ・だし	29	土	昭和の日		
14	金	軟飯	じゃが芋とささみの治部煮 ほうれん草の海苔和え 玉ねぎと人参のすまし汁	じゃが芋・鶏ささみ・片栗粉・醤油・砂糖・だし ほうれん草・焼きのり・醤油 玉ねぎ・人参・醤油・だし					
15	土	軟飯	鱈の青のり和え ココロ煮 小松菜と玉ねぎのすまし汁	鱈・青のり・醤油・だし・片栗粉 じゃが芋・人参・醤油・だし 小松菜・玉ねぎ・醤油・だし					
17	月	パスタ	ツナとほうれん草のパスタ じゃが芋の青のり和え きゅうりと人参の中華和え	パスタ・ツナ・ほうれん草・醤油・だし じゃが芋・青のり きゅうり・人参・鶏ガラ・片栗粉					

※必要に応じて片栗粉（とろみ付け）を使用する場合があります。
 ※離乳食は「かつおだし」を使用しています。