

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	煮込みうどん ほうれん草のだし煮 小松菜と人参のおかか和え	うどん・ツナ・玉ねぎ・醤油・だし ほうれん草・だし 小松菜・人参・かつお節・だし
2	火				18	木	軟飯	じゃが芋のそぼろあん かぼちゃのだし煮 三度豆と玉ねぎのお汁	じゃが芋・鶏ミンチ・だし かぼちゃ・だし 三度豆・玉ねぎ・ねぎ・だし
3	水				19	金	軟飯	鱈と人参の一緒煮 三度豆のおかか和え 麩と三つ葉のお汁	鱈・人参・だし 三度豆・かつお節・だし 麩・三つ葉・だし
4	木				20	土	おじや	おじや	米・ツナ・豆腐・玉ねぎ・人参・醤油・だし
5	金				22	月	軟飯	じゃが芋のそぼろあん 三度豆と人参のだし煮 玉ねぎとほうれん草のお汁	じゃが芋・鶏ミンチ・だし 三度豆・人参・だし 玉ねぎ・ほうれん草・だし
6	土				23	火	軟飯	鱈のおかか煮 レタスのだし煮 ブロッコリーと人参のお汁	鱈・かつお節・だし レタス・だし ブロッコリー・人参・だし
8	月				24	水	うどん	煮込みうどん 青のりポテト 小松菜と人参のだし煮	うどん・ツナ・わかめ・だし じゃが芋・青のり・だし 小松菜・人参・だし
9	火	軟飯	鶏そぼろのだし煮 ココロ煮 わかめのお汁			25	木	軟飯	鰯のだし煮 キャベツと人参のだし煮 じゃが芋と玉ねぎのお汁
10	水	軟飯	鱈のだし煮 小松菜のおかか和え キャベツとねぎのお汁		26	金	軟飯	そぼろあん じゃが芋のおかか和え キャベツのお汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・だし じゃが芋・かつお節・だし キャベツ・だし
11	木	うどん	煮込みうどん 青のりポテト ほうれん草と人参のお浸し		27	土	おじや	おじや	うどん・ツナ・玉ねぎ・ねぎ・だし じゃが芋・青のり・だし ほうれん草・人参・だし 米・ツナ・玉ねぎ・人参・ねぎ・だし
12	金	軟飯	茄子のそぼろあんかけ 胡瓜と人参のおかか和え 玉ねぎとブロッコリーのお汁		29	月	昭和の日		
13	土	おじや	おじや		30	火	軟飯	高野豆腐の煮物 ツナのココロ煮 麩とわかめのお汁	高野豆腐・玉ねぎ・人参・だし じゃが芋・人参・ツナ・醤油・だし 麩・わかめ・だし
15	月	軟飯	肉豆腐 ほうれん草のだし煮 小松菜と人参のお汁					鶏ミンチ・豆腐・玉ねぎ・ねぎ・だし ほうれん草・だし 小松菜・人参・だし	
16	火	軟飯	ツナじゃが ブロッコリーのだし煮 ほうれん草のお汁					ツナ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・だし ブロッコリー・だし ほうれん草・だし	

※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。