

## 4月 離乳食献立表《後期》

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 小松菜と人参のごま酢和え	うどん・ツナ・もやし・椎茸・醤油・だし ほうれん草・醤油・だし 小松菜・人参・すりごま・醤油・お酢
2	火				18	木	軟飯	じゃが芋のそぼろあん かぼちゃの甘煮 三度豆と玉ねぎのみそ汁	じゃが芋・鶏ミンチ・醤油・だし かぼちゃ・砂糖・だし 三度豆・玉ねぎ・ねぎ・みそ・だし
3	水				19	金	軟飯	鱈と人参の一緒煮 千切大根の煮物 麩と三つ葉のすまし汁	鱈・人参・醤油・だし 千切大根・うす揚げ・三度豆・砂糖・醤油・だし 麩・三つ葉・醤油・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	じゃが芋と鶏肉の治部煮 三度豆と人参のごま和え 舞茸とほうれん草のみそ汁	じゃが芋・鶏むね肉・砂糖・醤油・だし・片栗粉 三度豆・人参・すりごま・醤油・だし 舞茸・ほうれん草・みそ・だし
6	土				23	火	軟飯	鱈のおかか煮 レタスののりサラダ ブロッコリーと人参のスープ	鱈・かつお節・醤油・だし レタス・のり・醤油・だし ブロッコリー・人参・鶏ガラ
8	月				24	水	うどん	煮込みうどん 青のりポテト 小松菜と人参のお浸し	うどん・ツナ・わかめ・うす揚げ・醤油・だし じゃが芋・青のり・醤油・だし 小松菜・人参・醤油・だし
9	火	軟飯	鶏そぼろのみそ煮 千切大根ののり和え わかめと人参のスープ			25	木	軟飯	鰯のだし煮 キャベツと人参のサラダ じゃが芋と玉ねぎのすまし汁
10	水	軟飯	鱈のだし煮 小松菜のおかか和え キャベツとしめじのみそ汁		26	金	軟飯	鶏肉とじゃが芋のケチャップ煮 千切大根と人参のごま和え キャベツのスープ	鶏ささみ・じゃが芋・玉ねぎ・ケチャップ・砂糖 千切大根・人参・すりごま・醤油・だし キャベツ・鶏ガラ
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	米・ツナ・玉ねぎ・人参・ねぎ・だし
12	金	軟飯	茄子とマカロニのケチャップ煮 胡瓜と人参のおかか和え 玉ねぎとブロッコリーのスープ		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 麩とわかめのすまし汁	高野豆腐・玉ねぎ・人参・砂糖・醤油・だし じゃが芋・人参・ツナ・醤油・だし 麩・わかめ・醤油・だし
15	月	軟飯	肉豆腐 ほうれん草ののり和え 小松菜と人参のスープ					鶏むね肉・豆腐・玉ねぎ・ねぎ・みそ・だし ほうれん草・のり・醤油・だし 小松菜・人参・鶏ガラ	
16	火	軟飯	ツナじゃが ブロッコリーのごま和え ほうれん草とえのきのすまし汁					ツナ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・砂糖・みりん・醤油・だし ブロッコリー・すりごま・醤油・だし ほうれん草・えのき・醤油・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。