

2020年度 4月 離乳食 献立表

| 日 曜 | 後期・中期食 | 午前おやつ | 午後おやつ |
|------|---|-------|----------------------------------|
| 1 水 | 軟飯(かゆ) ささみの葱の和風煮 もやしとニラの軟らか煮 卵の花煮 みそ汁 米 ささみ 葱 ニラ もやし おから 人参 葱 椎茸 味噌 玉葱 大根 | くだもの | 南瓜のおやき 南瓜 片栗粉 油 |
| 2 木 | 軟飯(かゆ) 蒸魚 野菜の煮びたし ひじき煮 みそ汁 米 ムキガレイ 小松菜 もやし ひじき 椎茸 人参 味噌 大根 葱 しめじ じゃが芋 ★ | くだもの | 夕焼けうどん うどん 人参 葱 |
| 3 金 | 軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 野菜の煮びたし カブの含め煮 みそ汁 米 豚ひき 玉葱 小松菜 もやし カブ 味噌 さつま芋 人参 大根 葱 椎茸 ★ | くだもの | ミルクリゾット 粉ミルク 米 玉葱 人参 芋 |
| 4 土 | わかめおじや 蒸し南瓜 米 わかめ 人参 玉葱 椎茸 南瓜 | くだもの | 煮込みうどん うどん 人参 葱 椎茸 |
| 6 月 | 軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 野菜の軟らか煮 茹でブロッコリー 野菜スープ 米 絹豆腐 鶏ひき肉 キャベツ 大根 人参 きゅうり ブロッコリー 玉葱 じゃが芋 ★ | くだもの | しらす入り青菜おじや しらす 小松菜 人参 葱 米 |
| 7 火 | 軟飯(かゆ) 魚の味噌煮 ほうれん草ともやしの煮びたし 人参と椎茸の軟らか煮 すまし汁 米 ギンダラ ほうれん草 もやし 人参 椎茸 大根 葱 ★ | くだもの | 味噌がゆ 米 味噌 人参 椎茸 葱 |
| 8 水 | 食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 野菜の軟らか炒め 粉ふき芋 野菜スープ 食ぱん ささみ キャベツ 人参 もやし じゃが芋 葱 椎茸 ニラ ★ | くだもの | コーンリゾット 米 粉ミルク コーン 玉葱 人参 |
| 9 木 | 軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱のケチャップ煮 スティック野菜 ブロッコリー みそ汁 米 ケチャップ 豚ひき肉 玉葱 人参 大根 アスパラ ブロッコリー 味噌 葱 えのき 小松菜 ★ | くだもの | しらす入りわかめおじや しらす わかめ 米 人参 椎茸 葱 |
| 10 金 | 軟飯(かゆ) 鶏のそぼろ煮 野菜の煮びたし 南瓜煮 豆腐のみそ汁 米 鶏ひき 小松菜 もやし 南瓜 味噌 絹豆腐 えのき 葱 ★ | くだもの | チーズヌードル うどん 粉チーズ 粉ミルク 玉葱 人参 芋 |
| 11 土 | 麻婆おじや 南瓜煮 米 ケチャップ 人参 葱 椎茸 絹豆腐 南瓜 | くだもの | しらす入り野菜うどん うどん しらす 人参 椎茸 葱 |
| 13 月 | 軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 野菜の煮びたし みそ汁 米 ひきわり納豆 カブ しらす 小松菜 もやし 味噌 大根 人参 葱 | くだもの | さつま芋のおやき さつま芋 片栗粉 油 |
| 14 火 | 食ぱん(ぱんがゆ) 豚そぼろ 野菜の軟らか煮 南瓜スープ 食ぱん 豚ひき キャベツ 人参 大根 玉葱 南瓜 粉ミルク | くだもの | 青菜おじや 米 小松菜 葱 人参 |
| 15 水 | 軟飯(かゆ) 煮魚 野菜の煮びたし みそ汁 米 ギンダラ 小松菜 もやし 味噌 人参 大根 葱 椎茸 しめじ じゃが芋 | くだもの | チーズリゾット 米 粉チーズ 粉ミルク 玉葱 人参 芋 |
| 16 木 | 軟らか焼きうどん 豆腐入り肉団子 野菜の軟らか煮 うどん 玉葱 じゃが芋 人参 葱 絹豆腐 鶏ひき肉 大根 もやし きゅうり | くだもの | 野菜おじや 米 人参 椎茸 葱 |
| 17 金 | 軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 キャベツの煮びたし みそ汁 米 豚ひき肉 玉葱 キャベツ 人参 きゅうり 味噌 大根 じゃが芋 | くだもの | じゃが芋のおやき じゃが芋 片栗粉 油 |
| 18 土 | けんちんおじや 茹でアスパラ 米 人参 大根 葱 白菜 アスパラ | くだもの | わかめうどん うどん わかめ 葱 人参 椎茸 |
| 20 月 | 軟飯(かゆ) レバーペースト 野菜の軟らか煮 野菜スープ 米 豚レバー もやし 人参 きゅうり 玉葱 じゃが芋 | くだもの | ポテトグラタン風 じゃが芋 粉ミルク 玉葱 粉チーズ |
| 21 火 | 食ぱん(ぱんがゆ) 豆腐入り肉団子 ほうれん草ともやしの煮びたし 野菜スープ 食ぱん 絹豆腐 鶏ひき肉 ほうれん草 もやし 人参 ニラ 葱 椎茸 | くだもの | ツナと野菜のおじや 米 ツナ 人参 椎茸 |
| 22 水 | 軟飯(かゆ) 蒸魚 スティック人参 みそ汁 米 ムキガレイ 人参 味噌 絹豆腐 葱 大根 | くだもの | 青菜うどん うどん 小松菜 人参 葱 |
| 23 木 | 軟飯(かゆ) 豚そぼろの味噌煮 人参と椎茸の軟らか煮 青菜のみそ汁 米 味噌 豚ひき 人参 椎茸 小松菜 えのき 葱 | くだもの | 南瓜のおやき 南瓜 片栗粉 油 |
| 24 金 | 軟飯(かゆ) 蒸魚 茹でブロッコリー みそ汁 米 ムキガレイ ブロッコリー 味噌 人参 大根 葱 白菜 ニラ もやし 絹豆腐 | くだもの | コーンヌードル うどん コーン 粉ミルク 玉葱 人参 |
| 25 土 | 軟らか焼きうどん ポテト煮 うどん キャベツ 人参 椎茸 ピーマン もやし じゃが芋 | くだもの | わかめおじや 米 わかめ 人参 葱 椎茸 |
| 27 月 | 軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 小松菜と白菜の煮びたし みそ汁 米 ひき割り納豆 しらす カブ 小松菜 白菜 味噌 大根 人参 葱 玉葱 じゃが芋 | くだもの | 夕焼けおじや 米 人参 葱 |
| 28 火 | 軟飯(かゆ) 魚入り炒り豆腐 野菜の煮びたし もずくのすまし汁 米 ムキガレイ 絹豆腐 小松菜 もやし もずく 葱 えのき | くだもの | 味噌煮込みうどん 味噌 うどん 人参 葱 椎茸 |
| 29 水 | 昭和の日 | | |
| 30 木 | 軟飯(かゆ) 蒸魚 青梗菜の軟らか煮 みそ汁 米 ムキガレイ 青梗菜 人参 南瓜 味噌 わかめ 玉葱 | くだもの | 野菜のおやき 米 人参 葱 片栗粉 油 |

昼食・おやつの上段は本日のメニュー、下段は主な食品名です。
 材料は都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。
 午前のおやつのかだものはでこぼん・いちご・りんご・オレンジを使用しています
 ★印のある日は中期・後期食の実物展示をみるく組のお部屋で行います。
 ※色づけされている日の献立は変更となっております。ご了承ください。