

## 2021年度 4月 離乳食 献立表

日曜	昼食	午前おやつ	午後おやつ
1 木	食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 ほうれん草ともやしの煮びたし 南瓜煮 野菜スープ 食ぱん ささみ ほうれん草 もやし 人参 南瓜 玉葱 じゃが芋	くだもの	夕焼けおじや 米 人参 葱
2 金	軟飯(かゆ) 焼魚 野菜の煮びたし 卵の花煮 みそ汁 米 ムキガレイ ほうれん草 もやし おから 人参 葱 椎茸 味噌 わかめ 玉葱	くだもの	コーンヌードル うどん 粉ミルク 玉葱 人参 クリームコーン
3 土	野菜おじや 粉ふき芋 米 玉葱 ピーマン 赤ピーマン ナス 椎茸 ニラ じゃが芋	くだもの	味噌がゆ 味噌 米 人参 椎茸 葱
5 月	軟飯(かゆ) ささみの味噌煮 スティックきゅうり スティック人参 青菜のみそ汁 米 ささみ 味噌 きゅうり 人参 えのき 葱 小松菜	くだもの	フィッシュポテト ムキガレイ じゃが芋
6 火	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 きゅうり ブロッコリー 玉葱 人参 じゃが芋	くだもの	人参ケーキ 人参 小麦粉 BP 粉ミルク 油
7 水	軟飯(かゆ) 蒸魚 野菜の煮びたし 南瓜煮 みそ汁 米 ムキガレイ 小松菜 もやし 南瓜 味噌 白菜 人参 大根 葱 ニラ 絹豆腐	くだもの	野菜のおやき 米 ニラ 人参 片栗粉 油
8 木	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 人参と椎茸の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 ささみ 人参 椎茸 じゃが芋 味噌 わかめ 玉葱 大根	くだもの	青菜うどん うどん 小松菜 葱 人参
9 金	食ぱん(ぱんがゆ) 豚ひき肉と玉葱の軟らか煮 茹でブロッコリー カブの含め煮 野菜スープ 食ぱん 豚ひき 玉葱 ブロッコリー カブ 人参 ニラ 葱	くだもの	わかめおじや 米 わかめ 人参 葱
10 土	けんちんおじや ポテト煮 味噌 米 人参 大根 葱 白菜 じゃが芋	くだもの	味噌煮込みうどん うどん 人参 白菜 葱 味噌
12 月	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 野菜の煮びたし ナスの含め煮 みそ汁 米 しらす ひきわり納豆 カブ 小松菜 もやし ナス 味噌 じゃが芋 人参 葱 大根	くだもの	しらす入り夕焼けうどん しらす 人参 うどん 葱
13 火	食ぱん(ぱんがゆ) レバーペースト 野菜の軟らか煮 茹でブロッコリー かぼちゃスープ 食ぱん 豚レバー キャベツ 人参 大根 ブロッコリー 玉葱 南瓜 粉ミルク	くだもの	青菜おじや 米 小松菜 葱 人参
14 水	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 キャベツともやしの軟らか煮 粉ふき芋 みそ汁 米 ささみ キャベツ もやし 人参 じゃが芋 味噌 玉葱 わかめ	くだもの	野菜おじや 米 人参 葱 椎茸
15 木	軟飯(かゆ) 魚の味噌煮 野菜の煮びたし ひじき煮 すまし汁 米 味噌 ギンダラ 小松菜 もやし ひじき 人参 椎茸 大根 葱 絹豆腐	くだもの	しらす入り野菜おやき 米 しらす 葱 人参 ニラ 片栗粉 油
16 金	軟飯(かゆ) 魚入り炒り豆腐 野菜の煮びたし 人参煮 もずくのすまし汁 軟飯 ムキガレイ 絹豆腐 小松菜 もやし 人参 もずく えのき 葱	くだもの	南瓜ケーキ 南瓜 小麦粉 BP 粉ミルク 油
17 土	わかめおじや ポテト煮 米 わかめ 玉葱 葱 大根 じゃが芋	くだもの	チーズ入りクリームヌードル 粉チーズ 玉葱 人参 じゃが芋 米 粉ミルク
19 月	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 カブの含め煮 野菜の軟らか煮 野菜スープ 米 ささみ カブ もやし 人参 きゅうり 玉葱 じゃが芋 カブ葉	くだもの	じゃが芋もち じゃが芋 片栗粉 油
20 火	軟飯(かゆ) 蒸魚 ナスの含め煮 ほうれん草ともやしの煮びたし みそ汁 米 ムキガレイ ナス ほうれん草 もやし 人参 味噌 玉葱 じゃが芋 わかめ	くだもの	夕焼けうどん うどん 人参 葱
21 水	食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 ナスの含め煮 カブの含め煮 野菜スープ 食ぱん ささみ ナス カブ 人参 ねぎ もやし 椎茸 ニラ	くだもの	しらす入りわかめおじや 米 しらす わかめ 人参 椎茸 葱
22 木	軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 野菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 豚ひき 玉葱 小松菜 もやし じゃが芋 味噌 大根 葱 人参 椎茸 しめじ	くだもの	コーンリゾット 米 コーン缶 粉ミルク 玉葱 人参
23 金	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 蒸し南瓜 スティックきゅうり みそ汁 米 絹豆腐 鶏ひき肉 南瓜 きゅうり 味噌 人参 大根 葱 しめじ	くだもの	夕焼けおやき 米 人参 葱 片栗粉 油
24 土	味噌わかめがゆ 茹でアスパラ 米 味噌 玉葱 わけぎ わかめ アスパラ	くだもの	クリームリゾット 米 粉ミルク 玉葱 人参 芋
26 月	軟飯(かゆ) 野菜入り納豆のおろし煮 野菜の煮びたし ポテト煮 すまし汁 米 オクラ ニラ ひきわり納豆 しらす カブ 小松菜 もやし じゃが芋 人参 大根 葱 玉葱	くだもの	チーズ入りフィッシュポテト 粉チーズ ムキガレイ じゃが芋
27 火	クリームヌードル レバーペースト スティック野菜 ナスの含め煮 うどん 人参 玉葱 じゃが芋 粉ミルク 豚レバー 大根 きゅうり アスパラ ナス	くだもの	しらす入り味噌がゆ 米 しらす 味噌 人参 葱 椎茸
28 水	軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 キャベツの軟らか煮 ポテト煮 みそ汁 米 豚ひき 玉葱 キャベツ きゅうり 人参 じゃが芋 味噌 わかめ 大根	くだもの	しらす入り青菜うどん うどん 小松菜 葱 人参 しらす
29 木	<b>昭和の日</b>		
30 金	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 野菜の軟らか煮 カブの含め煮 野菜スープ 米 ささみ 人参 きゅうり もやし カブ 玉葱 じゃが芋 カブ葉	くだもの	南瓜団子 南瓜 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・りんごを使用しています