

4月 離乳食献立予定

令和5年度

こどもパル

| | | 12~18か月 | 9~11か月 | 7・8ヶ月 | 6ヶ月 |
|----|---|---|--|---|--|
| | | ◎は10時おやつ ○は午後おやつ | ○は午後おやつ | | |
| 1 | 土 | ◎牛乳 ソフトあられ ○リンゴジュース クッキー | | | |
| 3 | 月 | お弁当の日 ◎牛乳 ウエハース ○牛乳 せんべい | | | |
| 4 | 火 | ポークカレー コールスローサラダ りんご ◎フルーツジュース ○牛乳 クラッカー | 煮魚 ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 いちご | 煮魚 ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ 5倍粥 | 白身魚のペースト ブロッコリーのペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 5 | 水 | ハンバーグ りんごのドレッシングサラダ 豆腐のすまし汁 いちご ◎牛乳 パナナ ○ヨーグルト | チキンハンバーグ じゃが芋と人参の煮物 豆腐のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 いちご | チキンハンバーグ じゃが芋と人参の煮物 野菜スープ 5倍粥 | ささ身と玉ねぎのペースト じゃが芋と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 6 | 木 | お好み焼き さつまいもの甘煮 ほうれん草のすまし汁 パナナ ◎牛乳 カルシウムせんべい ○牛乳 ビスケット | しらすとキャベツのおやき さつまいも煮 ほうれん草のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ | しらすとキャベツのおやき さつまいも煮 ほうれん草のすまし汁 5倍粥 | しらすのペースト キャベツのペースト さつまいものペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 7 | 金 | マカロニグラタン ほうれん草のお浸し 花麩のすまし汁 オレンジ ◎牛乳 お子様せんべい ○おにぎり | 鶏肉とマカロニの煮物 ほうれん草としらすのやわらか煮 花麩のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ | ささ身と野菜の煮物 ほうれん草としらすのやわらか煮 花麩のすまし汁 5倍粥 | ささ身と野菜のペースト ほうれん草のペースト 麩の柔か煮 野菜スープ 10倍粥 |
| 8 | 土 | ◎牛乳 クッキー ○オレンジジュース せんべい | | | |
| 10 | 月 | 豚肉のハンガリー風煮込み ポイルキャベツ スパッテータ 玉ねぎのコンソメスープ パナナ ◎牛乳 ウエハース ○牛乳 抹茶蒸しパン | 豆腐と人参の煮物 キャベツと玉ねぎの旨煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ | 豆腐と人参の煮物 キャベツと玉ねぎの旨煮 野菜スープ 5倍粥 | 豆腐と人参のペースト キャベツと玉ねぎのペースト じゃがいもの旨煮 野菜スープ 10倍粥 |
| 11 | 火 | 赤魚の甘辛煮 マカロニサラダ 小松菜の味噌汁 いちご ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 ホットケーキ | 煮魚 小松菜と人参のやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 いちご | 煮魚 小松菜のやわらか煮 キャベツと人参の柔か煮 野菜スープ 5倍粥 | 白身魚のペースト 小松菜のペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 12 | 水 | 肉じゃが 切り干し大根の和え物 豆腐の味噌汁 りんご ◎牛乳 クッキー ○お茶 オレンジゼリー | じゃが芋と鶏ミンチの煮物 ほうれん草の和え物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 すりおろしりんご | じゃが芋と鶏ミンチの煮物 ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ 5倍粥 | じゃが芋とささ身のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 13 | 木 | 鮭の塩焼き 人参ナムル じゃが芋の味噌汁 オレンジ ◎牛乳 クラッカー ○牛乳 クリームパン | 煮魚 人参ときゅうりのやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ | 煮魚 きゅうりのとろとろ煮 人参と玉ねぎの煮物 野菜スープ 5倍粥 | 白身魚のペースト じゃがいもと玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 14 | 金 | チキンカツ グリーンサラダ コーンシチュー オレンジ ◎牛乳 パナナ ○牛乳 ラスク | ミートボール煮 キャベツのやわらか煮 じゃがいものスープ 軟飯~全粥 ◎お茶 いちご | ミートボール煮 キャベツのやわらか煮 じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 5倍粥 | ささ身ペースト キャベツのペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 15 | 土 | ◎牛乳 ソフトせんべい ○リンゴジュース クラッカー | | | |
| 17 | 月 | 焼きそば 小松菜の和え物 春キャベツのスープ パナナ ◎牛乳 サンドビスケット ○牛乳 せんべい | 豆腐煮 キャベツと人参の煮物 小松菜のやわらか和え物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ | 豆腐煮 キャベツと人参の煮物 小松菜のやわらか和え物 野菜スープ 5倍粥 | 豆腐のペースト 人参のペースト 小松菜のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 18 | 火 | ハヤシライス ブロッコリーサラダ オレンジ ◎牛乳 クラッカー ○牛乳 サブレ | 肉じゃが風 ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ | 肉じゃが風 ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ 5倍粥 | ささ身のペースト ブロッコリーのペースト じゃが芋と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 19 | 水 | 鶏肉のニルウェー風 春キャベツのサラダ ペーコンのコンソメスープ いちご ◎牛乳 ロールパン ○牛乳 人参ケーキ | 鶏肉のケチャップ煮 キャベツと人参の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ | ささ身と玉ねぎの煮物 キャベツと人参の煮物 野菜スープ 5倍粥 | ささ身と玉ねぎのペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 20 | 木 | 煮魚 根野菜のやわらか煮 豆腐の味噌汁 パナナ ◎牛乳 ソフトあられ ○お茶 煮込みうどん | 煮魚 小松菜の煮びたし 人参のやわらか煮 豆腐のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ | 煮魚 小松菜の煮びたし 人参のやわらか煮 豆腐のすまし汁 5倍粥 | 白身魚のペースト 人参のやわらか煮のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 21 | 金 | 水餃子 伴三糸 野菜の中華スープ オレンジ ◎飲むヨーグルト ○牛乳 せんべい | ミートボール煮 きゅうりと春雨のやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ | ミートボール煮 きゅうりと春雨のとろとろ煮 野菜スープ 5倍粥 | ささ身と玉ねぎのペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 22 | 土 | ◎牛乳 クラッカー○オレンジジュース ビスケット | | | |
| 24 | 月 | ナポリタンスパゲティ レタスサラダ キャベツのコンソメスープ オレンジ ◎牛乳 せんべい ○牛乳 ジャムサンド | 煮魚 じゃが芋と人参のやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ | 煮魚 じゃが芋と人参のやわらか煮 野菜スープ 5倍粥 | 白身魚のペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 25 | 火 | 豚肉のかりん揚げ 春キャベツのナムル ゆで野菜 豆腐の味噌汁 りんご ◎牛乳 パナナ ○プリン | 豆腐煮野菜あんかけ キャベツのやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 すりおろしりんご | 豆腐煮野菜あんかけ キャベツと人参のやわらか煮 野菜スープ 5倍粥 | 豆腐のペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 26 | 水 | 二色おにぎり マーメイドチキン フライドポテト スープスパゲティ スープ ブロッコリーサラダ いちご ◎飲むヨーグルト ○牛乳 ホットケーキ | 煮魚 じゃがいもの旨煮 ブロッコリーと人参のやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 いちご | 煮魚 じゃが芋の旨煮 ブロッコリーと人参のやわらか煮 野菜スープ 5倍粥 | 白身魚のペースト じゃがいものペースト ブロッコリーと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 27 | 木 | 麻婆豆腐 ドレッシングサラダ わかめ中華スープ りんご ◎牛乳 ホーロ ○牛乳 マカロニあべかわ | 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーとキャベツの旨煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 すりおろしりんご | 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーとキャベツの旨煮 野菜スープ 5倍粥 | 豆腐と人参のペースト ブロッコリーとキャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥 |
| 28 | 金 | しらすかき揚げ キャベツの酢の物 小松菜のすまし汁 パナナ ◎牛乳 コーンフレーク ○牛乳 ビスケット | やわらかしらす さつまいも煮 キャベツと人参の旨煮 小松菜のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ | やわらかしらす さつまいも煮 キャベツと人参の旨煮 小松菜のすまし汁 5倍粥 | しらすのペースト 玉ねぎと人参のペースト さつまいものペースト 野菜スープ 10倍粥 |

発達段階や離乳食の進み具合により、メニューを変更する場合があります。