

4月離乳食献立予定

令和8年度 こどもパル

		12~18ヶ月	9~11ヶ月	7・8ヶ月	6ヶ月	
		◎は10時、○は午後おやつ	昼食の主な食材	○は午後おやつ		
1	水	お弁当の日 ◎牛乳 ソフトあられ ○リンゴジュース クッキー				
2	木	お弁当の日 ◎牛乳 米菓子 ○牛乳 せんべい				
3	金	ご飯 ポークカレー コールスローサラダ オレンジ ◎リンゴジュース ○牛乳 ビسケット	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 キャベツ 人参 ブロッコリー オレンジ	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 オレンジ	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
4	土	◎牛乳 クッキー ○フルーツジュース せんべい				
6	月	ご飯 きつねうどん ほうれん草のしらす和え チーズ パナナ ◎牛乳 ウエハース ○牛乳 蒸しパン	米 うどん 油揚げ 玉ねぎ 人参 ねぎ ほうれん草 しらす 人参 チーズ パナナ	煮込みうどん 豆腐煮 ほうれん草の煮びたし 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	豆腐煮 ほうれん草の煮びたし 人参のやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
7	火	御飯 コロッケ キャベツとツナのサラダ 大根の味噌汁 オレンジ ◎牛乳 パナナ ○牛乳 マカロニあかかわ	米 じゃが芋 豚肉 玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 コーン ツナ 大根 しめじ 油揚げ ねぎ オレンジ	鶏肉の旨煮 ツナとキャベツの煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	ささ身の旨煮 ツナとキャベツの煮びたし 野菜スープ 5倍粥	ささ身のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
8	水	ご飯 鮭の塩焼き 人参ナムル じゃが芋の味噌汁 パイン ◎牛乳 クラッカー ○牛乳 ホットケーキ	米 鮭 人参 もやし きゅうり ごま じゃが芋 玉ねぎ 人参 ねぎ パイン	煮魚 人参と玉ねぎのやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パイン	煮魚 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 人参と玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
9	木	二色おにぎり 鶏肉の甘辛煮 フライドポテト スパゲティソース ブロッコリーサラダ いちご ◎飲むヨーグルト ○牛乳 ケーキ	米 鮭 わかめ 鶏肉 スパゲティ じゃが芋 ブロッコリー レタス 人参 いちご	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
10	金	ご飯 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	米 玉ねぎ 人参 牛肉 しめじ じゃが芋 パセリ ブロッコリー 人参 レタス きゅうり オレンジ	肉じゃが風煮 ブロッコリーと人参の煮びたし 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	肉じゃが風煮 ブロッコリーの煮びたし 野菜スープ 5倍粥	ささ身のペースト じゃが芋と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
11	土	◎牛乳 ソフトせんべい ○フルーツジュース クラッカー				
13	月	ご飯 焼きそば 小松菜の和え物 春キャベツの中華スープ パナナ ◎牛乳 サンドビスケット ○牛乳 プリン	米 中華種 豚肉 ビーマン 人参 玉葱 もやし 青のり 小松菜 ひじき 人参 油揚げ ごま キャベツ 人参 玉ねぎ パナナ	豆腐とキャベツの煮物 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	豆腐とキャベツの煮物 小松菜のやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト キャベツのペースト 小松菜のペースト 野菜スープ 10倍粥
14	火	ご飯 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 ○わかめと梅のおにぎり	米 鶏肉 キャベツ 人参 きゅうり じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン ミルク コーン オレンジ	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 オレンジ	ミートボール煮 キャベツのやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	ささ身ペースト キャベツのペースト じゃがいものペースト 野菜スープ 10倍粥
15	水	ご飯 白身魚のコーンマヨネーズ焼き 茹でキャベツのドレッシング和え じゃが芋のみそ汁 パナナ◎牛乳 米菓子 ○牛乳 ジャム入りパンケーキ	米 たら コーン マヨネーズ キャベツ 人参 きゅうり ごま じゃがいも 玉ねぎ パナナ	煮魚 キャベツと人参のやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	煮魚 キャベツ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 キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
16	木	ご飯 きゃべバーグ ブロッコリーサラダ 豆乳コーンスープ いちご ◎牛乳 ウエハース ○牛乳 みたらし焼	米 キャベツ 豆腐 豚肉 ブロッコリー 人参 えのき コーン じゃが芋 玉ねぎ 人参 豆乳 いちご	豆腐ハンバーグ ブロッコリーのやわらか煮 野菜のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 いちご	鶏そぼろと野菜のとうろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	ささ身と野菜のペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
17	金	ご飯 マカロニグラタン ほうれん草のお浸し 花魁のすまし汁 オレンジ ◎牛乳 お子様せんべい ○牛乳 ビスケット	米 鶏肉 マカロニ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー バター チーズ ミルク ほうれん草 キャベツ 人参 しらす 花魁 玉ねぎ ねぎ オレンジ	鶏肉とマカロニの煮物 ほうれん草のやわらか煮 花魁のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	ささ身と野菜の煮物 ほうれん草のやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	ささ身と野菜のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
18	土	◎牛乳 クッキー ○フルーツジュース クラッカー				
20	月	ご飯 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 パナナ ◎牛乳 せんべい ○牛乳 ジャムサンド	米 スパゲティ ベーコン 玉ねぎ 人参 パセリ レタス きゅうり 人参 コーン ハム キャベツ 人参 玉ねぎ パナナ	煮魚 キャベツと人参のやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	煮魚 キャベツ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 キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
21	火	ご飯 キッズヤンニョムチキン さっぱりサラダ わかめスープ いちご ◎牛乳 米菓子 ○お茶 だしじゅこおにぎり	米 鶏肉 小松菜 ツナ おから じゃが芋 人参 きゅうり わかめ 豆腐 玉ねぎ 人参 いちご	煮魚 小松菜とじゃが芋の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 いちご	煮魚 小松菜とじゃが芋の煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 小松菜のペースト じゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
22	水	御飯 焼き鯖 ゆでブロッコリー 切り干し大根の煮物 油揚げの味噌汁 パナナ ◎牛乳 赤ちゃんせんべい ○ヨーグルト ウエハース	米 鯖 ブロッコリー 切り干し大根 人参 さつま揚げ さやいんげん 油揚げ ほうれん草 玉ねぎ パナナ	煮魚 切り干し大根の煮か煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 パナナ	煮魚 切り干し大根の煮か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
23	木	ご飯 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 かりんとう	米 餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 春雨 きゅうり 人参 ハム もやし 玉ねぎ 人参 わかめ オレンジ	ミートボール煮 人参と春雨の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	ミートボール煮 人参と春雨のやわらか煮 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
24	金	ご飯 ハンバーグ ドレッシングサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ ◎牛乳 ポーロ ○牛乳 せんべい	米 牛肉 豚肉 玉ねぎ 牛乳 レタス きゅうり 人参 ブロッコリー ツナ コーン 豆腐 人参 わかめ オレンジ	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 オレンジ	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
25	土	◎牛乳 せんべい ○フルーツジュース ソフトあられ				
27	月	ご飯 ラーメン 根菜の煮物 小魚の佃煮 オレンジ ◎牛乳 クッキー ○牛乳 米菓子	米 中華種 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ 大根 人参 ごぼう しめじ 鶏肉 いんげん 小魚 ごま オレンジ	煮魚 人参と大根の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 オレンジ	煮魚 人参と大根の煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 人参と大根のペースト 野菜スープ 10倍粥
28	火	ご飯 鶏肉のノルウェー風 春キャベツのサラダ ベ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	米 鶏肉 キャベツ 人参 わかめ コーン じゃが芋 玉ねぎ 人参 いちご	鶏肉の柔らか煮 キャベツと人参の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 いちご	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
30	水	ご飯 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	米 玉ねぎ ごぼう 人参 春雨 竹輪 キャベツ きゅうり もやし 人参 ごま えのき 玉ねぎ 小松菜 パナナ	しらすのやわらか煮 さつま芋煮 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	しらすのやわらか煮 さつま芋煮 キャベツと人参の旨煮 野菜スープ 5倍粥	しらすのペースト 玉ねぎと人参のペースト さつま芋のペースト 野菜スープ 10倍粥

発達の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。