



4月離乳食献立表

日	曜	離乳食中期・後期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	土	入 始 園 式							
3	月	お粥 みそ汁 ささみの味噌煮 大根の煮物	ささみ	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 大根
4	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	卵	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 キャベツ
5	水	お粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草の煮物	鶏ひき肉 豆腐		米 片栗粉	人参 玉葱 人参 ほうれん草	みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 ほうれん草
6	木	お粥 みそ汁 肉じゃが キャベツの煮物	鶏ひき肉	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 キャベツ
7	金	お粥 みそ汁 鱈の煮物 キャベツの煮物	鱈	みそ	米 じゃが芋 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 キャベツ
8	土	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 バナナ	豆腐 鶏ひき肉	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 たまねぎ バナナ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 豆腐
10	月	お粥 みそ汁 豆腐とささみの煮物 マッシュポテト	豆腐 ささみ	みそ	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 豆腐
11	火	お粥 みそ汁 肉じゃが 果物	鶏ひき肉	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 じゃが芋
12	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 ほうれん草の煮物	ささみ 豆腐 粉ミルク	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 ほうれん草
13	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	卵	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 キャベツ
14	金	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ じゃがいもの煮物	鱈	みそ	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 人参 ピーマン	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 じゃが芋
15	土	お粥 みそ汁 卵とじ(肉団子) 果物	卵 鶏ひき肉	みそ	米	人参 玉葱 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米 人参 玉葱 人参
17	月	お粥 かき玉汁 ささみと野菜の煮物 マッシュポテト	ささみ	みそ 卵	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 人参 玉葱 人参 じゃが芋
18	火	お粥 みそ汁 鱈の煮物 ほうれん草の煮物	鱈	みそ 豆腐	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 人参 玉葱 片栗粉 人参
19	水	人参粥 みそ汁 肉団子 ブロッコリーの煮物	鶏ひき肉	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 玉葱 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 ブロッコリー
20	木	お粥 みそ汁 ハンバーグ 果物	鶏ひき肉	みそ	米 じゃが芋 片栗粉	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 人参 玉葱 人参 じゃが芋
21	金	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ キャベツの煮物	鱈	みそ	米 じゃが芋 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 キャベツ
22	土	お粥 みそ汁 シチュー 果物	ささみ 粉ミルク	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 人参 玉葱 人参 じゃが芋
24	月	お粥 みそ汁 鱈の煮物 ブロッコリーの煮物	鱈	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 キャベツ 人参 ブロッコリー
25	火	お粥 みそ汁 大根の煮物 果物	鶏ひき肉	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 大根 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 大根
26	水	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 じゃが芋の煮物	鶏ひき肉 豆腐	みそ	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 人参	お粥 味噌汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 人参 玉葱 人参
27	木	お粥 みそ汁 鱈のクリーム煮 果物	鱈 粉ミルク	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 たまねぎ 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 人参 玉葱 人参 じゃが芋
28	金	お粥 卵とじ(肉団子) マッシュポテト	卵		米 じゃが芋	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト		米 人参 玉葱 人参 じゃが芋

※離乳食は無理に進めず、それぞれ個人の状態を見ながら進めていく。
※卵を、始めていない子に対しては、()内の献立で対応していく。