

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:消化を助ける	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:消化を助ける
1	金	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
2	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 オレンジ	みそ 鶏ひき肉 豆腐	米 片栗粉	人参 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参 人参
4	月	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 キャベツ煮	みそ カレイ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ
5	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草の煮物	みそ 卵	米	人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
6	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 大根の煮物	みそ ささみ	米	人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
7	木	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ マカロニ煮	みそ 鶏ひき肉 豆腐	米 マカロニ	人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
8	金	お粥 みそ汁 鮭の煮物 ブロッコリーの煮物	みそ 鮭	米 じゃが芋	人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 ブロッコリー
9	土	お粥 みそ汁 じゃが芋のミルク煮 オレンジ	みそ 鶏ひき肉 粉ミルク	米 じゃが芋 片栗粉	人参 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
11	月	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
12	火	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 ほうれん草の煮物	みそ 鮭 味噌	米 片栗粉	人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
13	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	みそ 卵	米	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 キャベツ
14	木	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 じゃが芋の煮物	みそ ささみ	米 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米	人参
15	金	お粥 みそ汁 鮭の煮物 ブロッコリーの煮物	みそ 鮭	米	人参 人参 大根 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	みそ	米	人参 人参 大根 ブロッコリー
16	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
18	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マッシュポテト	みそ 卵	米 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
19	火	お粥 みそ汁 魚のミルク煮 じゃが芋の煮物	みそ 鮭 粉ミルク	米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
20	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 ブロッコリーの煮物	みそ ささみ	米	人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	みそ	米	人参 人参 ブロッコリー
21	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	みそ 卵	米	人参 人参 大根 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 大根 キャベツ
22	金	お粥 みそ汁 魚のケチャップ煮 ほうれん草の煮物	みそ カレイ	米	人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
23	土	お粥 みそ汁 肉団子 バナナ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
25	月	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	みそ ささみ	米	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
26	火	お粥 みそ汁 肉団子 キャベツ煮	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ 豆腐	米	人参 人参 キャベツ
27	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) 人参煮	みそ 卵	米	人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
28	木	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 じゃが芋の煮物	みそ かじき	米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
30	土	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 バナナ	みそ ささみ	米	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参

※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。