

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:腸や胃の働き	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:腸や胃の働き
1	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉 みそ	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
3	月	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 オレンジ	鶏ひき肉 豆腐 みそ	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
4	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	卵 みそ	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	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 大根の煮物	ささみ みそ	米	人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
6	木	お粥 みそ汁 鮭の煮物 マッシュポテト	鮭 みそ	米 片栗粉 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
7	金	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ みかん	鶏ひき肉 豆腐 みそ	米	人参 人参 みかん	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
8	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	鶏ひき肉 豆腐 みそ	米 じゃが芋 片栗粉	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 じゃが芋	人参 人参
10	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) オレンジ	卵 みそ	米	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	火	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 ほうれん草の煮物	鰯 味噌 みそ	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
12	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ キャベツ煮	鶏ひき肉 みそ	米 片栗粉 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	人参 人参 キャベツ
13	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	ささみ みそ	米	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
14	金	お粥 みそ汁 魚のミルク煮 キャベツ煮	鮭 粉ミルク みそ	米 片栗粉	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
15	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉 みそ	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
17	月	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 キャベツ煮	鮭 豆腐 みそ	米 片栗粉	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
18	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草の煮物	卵 みそ	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
19	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 ブロッコリーの煮物	ささみ みそ	米 片栗粉	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
20	木	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ キャベツ煮	鶏ひき肉 豆腐 みそ	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
21	金	お粥 みそ汁 鮭の煮物 ほうれん草の煮物	鮭 みそ	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 大根 ほうれん草
22	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉 みそ	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
24	月	お粥 みそ汁 肉団子 人参煮	鶏ひき肉 みそ	米 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
25	火	お粥 みそ汁 魚の煮物 マッシュポテト	鰯 みそ	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
26	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ ブロッコリーの煮物	鶏ひき肉 みそ	米 片栗粉 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 豆腐	米	人参 人参 ブロッコリー
27	木	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 人参煮	鶏ひき肉 豆腐 みそ	米 片栗粉	人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
28	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	卵 みそ	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

※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。