

希望の硬さに○をつけてください

4月 離乳食献立表

ごはんの硬さ：10倍・7倍・5倍(おかゆ)・軟飯・ごはん

曜日	金	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	
日	1	4	5	6	7	8	9	11	12	13	14	15	16	
おやつ	10時 15時	ハイハイ 麦茶 豆腐ハンケーキ 麦茶	ヨーグルト 味噌蒸しパン 麦茶	バナナ 麦茶 ツナご飯 麦茶	ヨーグルト チーズ蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 食パン 麦茶	ハイハイ 麦茶 マッシュポテト 麦茶	ハイハイ 麦茶 カスタードケーキ リンゴ ジュース	チーズ 麦茶 ポテト 麦茶	バナナ 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 鮭ごはん 麦茶	ハイハイ 麦茶 ゆでさつまいも 麦茶	ハイハイ 麦茶 バターロール 麦茶	ハイハイ 麦茶 ランチパック リンゴ ジュース
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯
副食	大豆入りつくね 野菜炒め みそ汁 いちご	野菜卵焼き 納豆和え みそ汁 はっさく	肉そぼろ きゅうりのツナサラダ わかめスープ バナナ	豆腐の五目焼き にんじんスティック スープ いよかん	鶏肉のやわらか煮 きゅうりスティック みそ汁 いちご	炒り豆腐 にんじんのおかか和え すまし汁 ヨーグルト	三色そぼろ丼 温野菜 みそ汁 はっさく	そぼろ煮 ほうれん草のツナ和え スープ	野菜オムレツ 野菜のみそ煮 大根のあえもの ビーフンスープ ヨーグルト	鶏肉のケチャップ煮 大根のあえもの みそスープ バナナ	豆腐の野菜あんかけ さつまいもサラダ みそスープ バナナ	さけの野菜煮 にんじんスティック すまし汁 ヨーグルト	ラーメン ブロッコリーサラダ 中華スープ オレンジ	
お昼	ゆで大豆 鶏ひき肉 ねぎ しいたけ 味噌 片栗粉 しょうゆ 砂糖 ねぎ しいたけ にんじん たまねぎ 塩 たまねぎ にんじん 和風だしの素 味噌 いちご 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー 木綿豆腐	卵 ほうれん草 にんじん しょうゆ 砂糖 ほうれん草 ひきわり納豆 しょうゆ キャベツ コーン缶 和風だしの素 味噌 はっさく 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー 味噌	豚ひき肉 ねぎ ねりごま すりごま みそ 砂糖 しょうゆ きゅうり ツナ油漬缶 しょうゆ カットわかめ たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 バナナ 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー しょうゆ	木綿豆腐 鶏ひき肉 さつまいも にんじん たまねぎ しょうゆ 片栗粉 にんじん 砂糖 キャベツ たまねぎ 中華だしの素 塩 いよかん 〈おやつ〉 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 切れるチーズ	鶏むね肉 しょうゆ 砂糖 きゅうり しょうゆ もやし にんじん 和風だしの素 味噌 いちご じゃがいも えのきだけ カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ 塩	木綿豆腐 ツナ油漬缶 にんじん たまねぎ しょうゆ 砂糖 片栗粉 にんじん かつお節 しょうゆ じゃがいも えのきだけ カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ 塩	たまご 砂糖 油 豚ひき肉 しょうゆ 砂糖 ほうれん草 塩 キャベツ にんじん 和風トレッシング たまねぎ カットわかめ 味噌 はっさく	豚ひき肉 たまねぎ しょうゆ 砂糖 ほうれん草 にんじん ツナ油漬缶 しょうゆ キャベツ たまねぎ 中華だしの素 塩 〈おやつ〉 フライドポテト (冷凍)	豚ひき肉 じゃがいも にんじん たまねぎ しょうゆ 砂糖 白菜 にんじん 干ししいたけ たまねぎ みそ ビーフン ねぎ コーン缶 和風だしの素 塩 大根 にんじん 白菜 中華だしの素 味噌 はっさく 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 さつまいも きゅうり にんじん コーン缶 塩 はっさく 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	木綿豆腐 たまねぎ にんじん 鶏ひき肉 しょうゆ 片栗粉 さつまいも きゅうり にんじん コーン缶 塩 にんじん たまねぎ カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ 塩 ヨーグルト 〈おやつ〉 バターロール(市販)	さけ えのきだけ にんじん たまねぎ しょうゆ 和風だしの素 にんじん 砂糖 にんじん たまねぎ カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ 塩 ヨーグルト 〈おやつ〉 バターロール(市販)	中華麺 豚こま肉 もやし にら にんじん コーン缶 油 中華だしの素 しょうゆ 塩 中華だしの素 しょうゆ 塩 ブロッコリー コーン缶 和風トレッシング もやし 白菜 中華だしの素 塩 ヨーグルト 〈おやつ〉 たまねぎ 中華だしの素 塩 オレンジ	
曜日	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	土			
日	18	19	20	21	22	23	25	26	27	28	30			
おやつ	10時 15時	チーズ 麦茶 さつまいも蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 かぼちゃハンケーキ 麦茶	ヨーグルト ヨーグルト 麦茶	ハイハイ 麦茶 バナナ 麦茶	チーズ 麦茶 コーン蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 ロールケーキ リンゴ ジュース	ハイハイ 麦茶 そぼろごはん 麦茶	バナナ 麦茶 食パン 麦茶	ヨーグルト 蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 こめはぜ 麦茶	ハイハイ 麦茶 コップパン リンゴジュース		
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯		
副食	豚肉の中華煮 ほうれん草のごま和え コーンスープ オレンジ	貝だくさんオムレツ かぼちゃの煮物 すまし汁 ヨーグルト	鮭のちゃんちゃん焼き もやしの和え物 すまし汁 はっさく	がんもどき いんげんのごまよこし たまねぎスープ バナナ	鶏肉のケチャップ煮 ブロッコリーサラダ コーンスープ オレンジ	ハヤシライス コールスローサラダ 麦茶 オレンジ	鶏肉のごまみそ焼き 白菜サラダ 中華スープ ヨーグルト	鮭のポテト焼き ひじきの煮物 豆腐スープ バナナ	豚肉のトマト煮 もやしのナムル スープ はっさく	豚肉の野菜煮 温野菜 中華スープ オレンジ	カレーうどん 麦茶 ヨーグルト			
お昼	豚こま肉 たまねぎ にんじん 干ししいたけ 中華だしの素 塩 ほうれん草 にんじん しょうゆ ごま コーン缶 ねぎ 中華だしの素 塩 オレンジ 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー さつまいも	豚ひき肉 たまねぎ にんじん 砂糖 塩 かぼちゃ いんげん 和風だしの素 しょうゆ 砂糖 ねぎ たまねぎ にんじん 和風だしの素 しょうゆ 塩 ねぎ えのきだけ ねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩 はっさく 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー かぼちゃ 油	さけ キャベツ にんじん しめじ みそ 砂糖 もやし にんじん 塩 いんげん にんじん しょうゆ 砂糖 ごま たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 バナナ 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	木綿豆腐 鶏ひき肉 塩 片栗粉 ひじき たまねぎ にんじん しょうゆ いんげん にんじん しょうゆ 砂糖 ごま たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 オレンジ 〈おやつ〉 コーン缶 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	鶏もも肉 たまねぎ ケチャップ 砂糖 フロッコリー にんじん ツナ油漬缶 コーン缶 塩 たまねぎ コーン缶 中華だしの素 塩 オレンジ 〈おやつ〉 コーン缶 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	豚こま肉 たまねぎ にんじん じゃがいも ハヤシルウ キャベツ にんじん マヨネーズ 麦茶 オレンジ 〈おやつ〉 ロールケーキ(既製品)	鶏もも肉 味噌 しょうゆ いりごま 白菜 コーン缶 塩 ねぎ 白菜 中華だしの素 塩 ヨーグルト 〈おやつ〉 ごはん 豚ひき肉 たまねぎ ケチャップ 砂糖	さけ 塩 じゃがいも ひじき にんじん しょうゆ 砂糖 さやえんどう ねぎ 白菜 中華だしの素 塩 ヨーグルト 〈おやつ〉 ごはん 豚ひき肉 たまねぎ ケチャップ 砂糖	豚こま肉 たまねぎ にんじん コーン缶 ねぎ しょうゆ 砂糖 片栗粉 もやし にんじん しょうゆ 塩 キャベツ きゅうり にんじん 塩 じゃがいも たまねぎ カットわかめ 中華だしの素 塩 はっさく 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	豚こま肉 たまねぎ にんじん 玉ねぎ ねぎ しょうゆ 砂糖 片栗粉 キャベツ きゅうり にんじん 塩 はっさく 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	ゆでうどん 豚こま肉 玉ねぎ にんじん 和風だしの素 カレー粉 しょうゆ みりん 麦茶 ヨーグルト 〈おやつ〉 コップパン(既製品)			

※上記の献立・食材でまだご自宅で食べていない食材がありましたら、献立名と食材にチェックしてご自宅でコピーの上、1枚担任にお渡しください。
※離乳食での油は少量で使います。 ※ヨーグルトはベビーダノンを提供させていただきます。
※都合により献立が変更になる場合があります。
※土曜日献立は幼児食と同様の献立になっています。土曜希望保育の場合、食べられる食材(離乳食)で提供させていただきます。
※ヨーグルトはベビーダノンを提供させていただきます。

くらす：ひよこ組 おなまえ：