


4月離乳食献立表

四つ木なかよし保育園

日にち	曜日	5~6ヶ月 午前	7~8ヶ月 午前	7~8ヶ月 午後	9~12ヶ月 午前	9~12ヶ月 午後	12~18ヶ月	12~18ヶ月 おやつ	
1	15	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク	野菜うどん わかめスープ ミルク	コーンがゆ にんじん煮 もやしスープ ミルク	野菜うどん わかめスープ ミルク	コーンがゆ スティックにんじん もやしスープ ミルク	焼きそば ナムル わかめスープ カップヨーグルト	麦茶 牛乳
3	17	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 煮魚 人参煮 すまし汁 ミルク	コーンがゆ きゃべつ煮 オニオンスープ ミルク	5倍粥 煮魚 スティック人参 すまし汁 ミルク	コーンがゆ きゃべつ煮 オニオンスープ ミルク	ご飯 魚のみそ焼き ほうれん草のごま和え すまし汁 果物	バナナカップケーキ 牛乳
4	18	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	スープうどん 玉葱甘煮 きゅうり煮 キャベツスープ ミルク	わかめ粥 人参煮 きゅうりスープ 清見煮 ミルク	スープパスタ 玉葱甘煮 スティックきゅうり キャベツスープ ミルク	わかめ粥 スティック人参 きゅうりスープ 清見煮 ミルク	ミートソーススパゲッティ フレンチサラダ 果物 コンソメスープ	わかめご飯おにぎり 牛乳
5	19	水	野菜のペースト おもゆ ミルク	7倍粥 豆腐のそぼろあん いんげん煮 みそスープ ミルク	しらすがゆ 青菜の煮浸し お麩と人参煮 キャベツスープ ミルク	5倍粥 豆腐のそぼろあん スティックいんげん みそスープ ミルク	しらすがゆ 青菜の煮浸し お麩と人参煮 キャベツスープ ミルク	麦ご飯 手作りなめたけ 含め煮 みそ汁 果物	小魚のお好み焼き 牛乳
6	20	木	野菜のペースト おもゆ ミルク	パン粥 魚のミルク煮 オニオンスープ 美生柑煮 ミルク	7倍がゆ すまし汁 じゃが芋のそぼろ煮 りんご煮 ミルク	トースト 魚のミルク煮 オニオンスープ 美生柑煮 ミルク	5倍がゆ すまし汁 じゃが芋のそぼろ煮 りんご煮 ミルク	トースト コールドフィッシュ アスパラソテー 果物 オニオンスープ	フライドポテト 牛乳
7	21	金	野菜のペースト おもゆ ミルク	7倍粥 人参のそぼろ煮 みそスープ 甘夏煮 ミルク	人参粥 ささみとキャベツ煮 きゅうり煮 ねぎスープ ミルク	7倍粥 人参のそぼろ煮 みそスープ 甘夏煮 ミルク	人参粥 ささみとキャベツ煮 スティックきゅうり ねぎスープ ミルク	ご飯 びっくりハンバーグ レモン和え みそ汁 果物	人参蒸しパン 牛乳
8	22	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク	鶏粥 きゅうり煮 オニオンスープ ミルク	パン粥 きゅうりスープ コロコロバナナ煮 ミルク	鶏粥 きゅうり煮 オニオンスープ ミルク	トースト きゅうりスープ コロコロバナナ煮 ミルク	豚のプルコギ丼 中華風きゅうり 果物 たまご春雨スープ	ツナトースト 牛乳
10	24	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 玉葱甘煮 ブロッコリー煮 ミルクシチュー ミルク	7倍粥 ささみと人参煮 きゅうり煮 ブロッコリースープ ミルク	5倍粥 玉葱甘煮 スティックブロッコリー ミルクシチュー ミルク	5倍粥 ささみと人参煮 スティックきゅうり ブロッコリースープ ミルク	チキンカレー 野菜スープ グリーンサラダ  果物	フルーツヨーグルト 麦茶
11	25	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	鶏うどん 人参煮 大根スープ りんご煮 ミルク	7倍粥 大根のそぼろ煮 青菜の煮浸し ねぎスープ ミルク	鶏うどん 人参煮 大根スープ りんご煮 ミルク	5倍粥 大根のそぼろ煮 青菜の煮浸し ねぎスープ ミルク	五目うどん 果物 大根のそぼろあんかけ 刻み昆布の煮物	こぎつねご飯 牛乳
12	26	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 煮魚 人参煮 ねぎスープ ミルク	7倍粥 ささみと青菜煮 人参スープ 美生柑煮 ミルク	5倍粥 煮魚 スティック人参 ねぎスープ ミルク	5倍粥 ささみと青菜煮 人参スープ 美生柑煮 ミルク	麦ご飯 魚のごま照り焼き 小松菜のごま和え むらくも汁 果物	手作りかりんとう 牛乳
13	27	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク	パン粥 ささみと玉葱ミルク煮 キャベツ煮 ポテトスープ ミルク	鶏うどん 人参煮 白菜スープ 甘夏煮 ミルク	トースト ささみと玉葱ミルク煮 キャベツ煮 ポテトスープ ミルク	鶏うどん スティック人参 白菜スープ 甘夏煮 ミルク	丸パン マカロニグラタン 白菜のサラダ ポトフ 果物	おかめうどん 牛乳
14	28	金	野菜のペースト おもゆ ミルク	ひじき煮 鶏団子煮 大根煮 人参スープ ミルク	あんかけ粥 きゅうり煮 笹身とキャベツ煮 大根スープ ミルク	ひじき煮 鶏団子煮 スティック大根 人参スープ ミルク	味噌あんかけ粥 スティックきゅうり 笹身とキャベツ煮 大根スープ ミルク	ひじきご飯 即席漬け 鶏肉のオレンジ焼き すまし汁 果物	みそぱん 牛乳