

2024年度 4月離乳食献立表



芦花の丘かたるば保育園

	中期	後期	完了期	主な材料				中期	後期	完了期	主な材料		
				エネルギー	パワー	ヘルシー					エネルギー	パワー	ヘルシー
1 15 (月)	ごはん 肉じゃが 小松菜のおひたし 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 肉じゃが 小松菜のおひたし 豆腐の味噌汁 果物	ごはん 肉じゃが 小松菜のおひたし 豆腐の味噌汁 果物	米 じゃがいも 小麦粉	豚肉 しらす 豆腐 焼き麩 味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ 人参 小松菜 キャベツ 長ねぎ いんげん	8 22 (月)	ごはん 豆腐そぼろあんかけ ゆで野菜 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豆腐そぼろあんかけ ゆで野菜 かぼちゃの味噌汁 果物	ごはん 豆腐そぼろあんかけ ゆで野菜 かぼちゃの味噌汁 果物	米 片栗粉 さつまいも	豆腐 鶏肉 味噌 牛乳	玉ねぎ ひじき 人参 大根 キャベツ 長ねぎ かぼちゃ
			ホットケーキ 牛乳										
2 16 30 (火)	パン ひじきバーグ 大根サラダ 野菜スープ(汁のみ)	パン ひじきバーグ 大根サラダ キャベツスープ 果物	パン ひじきバーグ 大根サラダ キャベツスープ 果物	パン 米 片栗粉	豚肉 豆腐 ツナ 牛乳	玉ねぎ ひじき 人参 大根 きゅうり 青のり 長ねぎ キャベツ	9 23 (火)	ごはん 蒸し鮭 ブロッコリーのおかか和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸し鮭 ブロッコリーのおかか和え じゃがいもの味噌汁 果物	ごはん 蒸し鮭 ブロッコリーのおかか和え じゃがいもの味噌汁 果物	米 じゃがいも 小麦粉	鮭 かつお節 焼き麩 味噌 きな粉 豆乳 牛乳	ブロッコリー 人参 長ねぎ 玉ねぎ
			ツナごはん 牛乳										
3 17 (水)	ごはん たらの昆布蒸し かぼちゃと人参の煮物 野菜スープ(汁のみ)	ごはん たらの昆布蒸し かぼちゃと人参の煮物 高野豆腐の味噌汁 果物	ごはん たらの昆布蒸し かぼちゃと人参の煮物 高野豆腐の味噌汁 果物	米 さつまいも	たら 高野豆腐 味噌 牛乳	長ねぎ かぼちゃ 人参 玉ねぎ 白菜 りんご 寒天	10 24 (水)	豚汁うどん きゅうりとさつまいものサラダ 野菜スープ(汁のみ)	豚汁うどん きゅうりとさつまいものサラダ 野菜スープ(汁のみ) 果物	豚汁うどん きゅうりとさつまいものサラダ 野菜スープ(汁のみ) 果物	うどん さつまいも 米	豚肉 豆腐 味噌 牛乳	大根 人参 白菜 きゅうり 長ねぎ ひじき
			人参ゼリー 牛乳										
4 18 (木)	野菜そぼろ丼 さつまいも煮 野菜スープ(汁のみ)	野菜そぼろ丼 さつまいも煮 大根のすまし汁 果物	野菜そぼろ丼 さつまいも煮 大根のすまし汁 果物	米 片栗粉 さつまいも 小麦粉 じゃがいも	豚肉 焼き麩 豆腐 かつお節 チーズ 牛乳	チンゲン菜 人参 玉ねぎ 長ねぎ 大根 青のり	11 25 (木)	ごはん 蒸しかれい 紅白煮 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸しかれい 紅白煮 お麩の味噌汁 果物	ごはん 蒸しかれい 紅白煮 お麩の味噌汁 果物	米 じゃがいも	かれい かつお節 焼き麩 味噌 チーズ 牛乳	人参 大根 長ねぎ 玉ねぎ
			豆腐おやき 牛乳										
5 19 (金)	ごはん 鶏肉と野菜のとろとろ煮 キャベツのおかか和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 鶏肉と野菜のとろとろ煮 キャベツのおかか和え 玉ねぎの味噌汁 果物	ごはん 鶏肉と野菜のとろとろ煮 キャベツのおかか和え 玉ねぎの味噌汁 果物	米 片栗粉 じゃがいも パン	鶏肉 豆腐 かつお節 味噌 牛乳	白菜 玉ねぎ 人参 キャベツ 長ねぎ わかめ りんご	12 26 (金)	ごはん 鶏肉ののし焼き 小松菜のだし煮 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 鶏肉ののし焼き 小松菜のだし煮 五目汁 果物	ごはん 鶏肉ののし焼き 小松菜のだし煮 五目汁 果物	米 じゃがいも 小麦粉	鶏肉 おから かつお節 豆腐 豆乳 牛乳	玉ねぎ 小松菜 人参 長ねぎ 大根 白菜 青のり
			りんごジャムサンド 牛乳										
6 20 (土)	煮込みうどん じゃがいもの青のり和え 野菜スープ(汁のみ)	煮込みうどん じゃがいもの青のり和え 野菜スープ(汁のみ) 果物	煮込みうどん じゃがいもの青のり和え 野菜スープ(汁のみ) 果物	うどん じゃがいも	豚肉 きな粉 牛乳	玉ねぎ 人参 ブロッコリー 白菜 青のり 長ねぎ バナナ	13 27 (土)	野菜にゆう麺 さつまいもサラダ 野菜スープ(汁のみ)	野菜にゆう麺 さつまいもサラダ 野菜スープ(汁のみ) 果物	野菜にゆう麺 さつまいもサラダ 野菜スープ(汁のみ) 果物	素麺 さつまいも	豚肉 ヨーグルト 牛乳	玉ねぎ 人参 キャベツ わかめ 長ねぎ バナナ
			バナナのきな粉和え 牛乳										

* 主食は離乳食の進み具合に応じ、つぶし粥、10倍粥、7倍粥、5倍粥、軟飯、ごはんを提供します。

* 上段が午前食、下段が午後補食です。完了期は午前補食を食べます。

* 離乳期は「主な材料」に記載されている食材から、離乳の段階や発達に合わせて提供します。

* 今月の魚は かれい たら 鮭 しらすです。段階に応じ使用していきます。

* 今月の果物はバナナ・りんご・いちご等を予定しています。

* ご不明な点などありましたらお気軽にお尋ねください。

* 行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。

