

4月 離乳食献立

こどもパル

日 曜	12~18カ月		9~11カ月		7・8ヶ月		6ヶ月	
	◎は10時、○は午後おやつ		○は午後補食					
2月								
3火	ポークカレー きゅうりの和え物 チーズ いちご パナナ ◎牛乳 ポーロ ○ヨーグルト和え		ささみのやわらか煮 野菜の煮物 豆腐汁 軟飯~全粥 ○パナナ		ささみと野菜の煮物あんかけ 野菜の煮びたし 豆腐汁 5倍粥		人参と玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥	
4水	ハンバーグ レタスのドレッシングサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ ◎煎餅 ○お茶 蒸し芋		豆腐ハンバーグ じゃが芋煮 コンソメスープ 軟飯~全粥 ◎オレンジ		豆腐と野菜の煮物 じゃが芋煮 野菜スープ 5倍粥		じゃが芋とたまねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥	
5木	白身魚のムニエル グリーンサラダ クリームシチュー パナナ ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 メロンパン		白身魚のクリーム煮 根野菜の煮物 軟飯~全粥 ◎パナナ		しらすと豆腐の煮物 じゃが芋煮 野菜スープ 5倍粥		じゃが芋と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥	
6金	煮込みうどん かぼちゃの甘煮 チーズ 小魚ふりかけ リンゴ ◎飲むヨーグルト クラッカー ○牛乳 サブレ		煮込みうどん ささみの柔らか煮 かぼちゃの甘煮 軟飯~全粥 ○りんご		煮込みうどん ささみの柔らかあんかけ かぼちゃの甘煮 5倍粥		かぼちゃペースト 野菜スープ 10倍粥	
7土	牛乳 米菓子		米菓子					
9月	ラーメン ブロッコリーの味噌炒め ミニ春巻 いちご ◎牛乳 サブレ ○牛乳 ジャムサンド		鶏肉とブロッコリーのうま煮 じゃが芋煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○いちご		豆腐とブロッコリーのうま煮 じゃが芋 野菜スープ 5倍粥		じゃが芋とブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥	
10火	煮魚 ポテトサラダ 麩のみそ汁 オレンジ ◎牛乳 ロールパン ○牛乳 ミレービスケット		煮魚 マッシュポテト ほうれん草のお浸し みそ汁 軟飯~全粥 ◎オレンジ		煮魚 マッシュポテト ほうれん草の煮浸し みそ汁 5倍粥		ほうれん草とじゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥	
11水	野菜かき揚げ ちくわの酢の物 えのきのすまし汁 パナナ ◎牛乳 コーンフレーク ○お茶 ヨーグルト		ツナと玉ねぎの煮物 しらす干し さつま芋とキャベツの煮物 小松菜のすまし汁 軟飯~全粥 ◎パナナ		ツナと玉ねぎのやわらか煮 さつま芋とキャベツの煮物 小松菜のすまし汁 5倍粥		さつま芋とキャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥	
12木	麻婆豆腐 ポイル野菜 わかめの中華スープ りんご ◎牛乳 パナナ ○お茶 プリン		麻婆豆腐 ポイル野菜 オニオンスープ 軟飯~全粥 ◎オレンジ		煮魚 豆腐と野菜のあんかけ煮 オニオンスープ 5倍粥		人参と玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥	
13金	お好み焼き さつま芋の甘煮 かまぼこのすまし汁 いちご ◎牛乳 カルシウム煎餅 ○牛乳 クッキー		しらす入りおやき さつま芋煮 ソーメンのすまし汁 軟飯~全粥 ◎いちご		しらす入りおやき さつま芋煮 そーめんのみそ汁 5倍粥		さつま芋とキャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥	
14土	牛乳 赤ちゃんせんべい		赤ちゃんせんべい					
16月	豚肉のハンガリー風煮込み キャベツのゆかり和え スパソテー 玉ねぎのコンソメスープ パナナ ◎牛乳 レーズンパン ○牛乳 蒸しパン		ささみのケチャップ煮 根野菜の煮物 スープバゲティ 軟飯~全粥 ◎パナナ		ささみのケチャップ煮 根野菜のやわらか煮 玉ねぎのスープ 5倍粥		玉ねぎとキャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥	
17火	肉じゃが 切干大根の和え物 豆腐のみそ汁 りんご ◎牛乳 ビスケット○牛乳 割れパン		ささみ肉じゃが 切干大根の煮物 豆腐のみそ汁 軟飯~全粥 ◎りんご		じゃがいもと鶏ミンチの煮物 切り干し大根のくたくた煮 豆腐のみそ汁 5倍粥		切り干し大根とほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥	
18水	☆誕生日会☆ 二色おにぎり マーマレードチキン スパゲティソテー ポテトスープ ブロッコリーサラダ いちご ◎飲むヨーグルト 米菓子 ○牛乳 ホットケーキ		マーマレードチキン ブロッコリーときゅうりの和え物 じゃが芋スープ 軟飯~全粥 ◎いちご		マーマレードチキン ブロッコリーのやわらか煮 じゃが芋スープ 5倍粥		玉ねぎとブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥	
19木	魚のフライ レタスのドレッシングサラダ 野菜のミルクスープ オレンジ ◎牛乳 ウエハース ○お茶 おにぎり		白身魚のパン粉焼き やわらか野菜の和え物 野菜スープ 軟飯~全粥 ◎オレンジ		白身魚のソフト焼き やわらか野菜の煮びたし 野菜スープ 5倍粥		ほうれん草と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥	
20金	マカロニグラタン ブロッコリーのおひたし 花麩のすまし汁 オレンジ ◎牛乳 お子様せんべい ○オレンジゼリー		マカロニグラタン やわらか野菜の和え物 花麩のすまし汁 軟飯~全粥 ◎オレンジ		鶏肉のくず煮 やわらか野菜の和え物 花麩のすまし汁 5倍粥		キャベツと玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥	
21土	牛乳 かぼちゃポーロ		かぼちゃポーロ					
23月	焼きそば 小松菜の和え物 ウインナー えのきの中華スープ パナナ ◎牛乳 スティックパン ○牛乳 マカロニあべかわ		豆腐煮 小松菜の煮びたし しらす干し 玉ねぎスープ 軟飯~全粥 ◎パナナ		豆腐煮 小松菜のやわらか煮 しらす干し 玉ねぎスープ 5倍粥		小松菜と玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥	
24火	鮭のムニエル ほうれん草のおかか和え チーズ じゃが芋のみそ汁 リンゴ ◎牛乳 クラッカー ○牛乳 クリームパン		鮭のムニエル ほうれん草のやわらか煮 じゃが芋のみそ汁 軟飯~全粥 ◎りんご		煮魚 ほうれん草のやわらか煮 じゃが芋のみそ汁 5倍粥		じゃが芋と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥	
25水	鶏肉の照り煮 グリーンサラダ コーンシチュー いちご ◎牛乳 パナナ ○お茶 ヨーグルト		鶏肉の照り煮 人参グラッセ コーンシチュー 軟飯~全粥 ◎いちごのヨーグルト和え		ツナのお好み焼き にんじんグラッセ 野菜スープ 5倍粥		キャベツとじゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥	
26木	赤魚の煮付け きんぴらごぼう 手毬麩のすまし汁 オレンジ ◎牛乳 せんべい ○お茶 わかめうどん		煮魚 小松菜とひじきの和え物 麩のすまし汁 軟飯~全粥 ◎オレンジ		煮魚 小松菜とひじきの煮びたし すまし汁 5倍粥		小松菜と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥	
27金	揚げぎょうざ 伴三糸 わかめスープ パナナ ◎飲むヨーグルト 野菜かりんとう ○牛乳 サンドビスケット		豆腐入り水餃子 切干大根の煮物 ペーコンスープ 軟飯~全粥 ◎パナナ		豆腐と鶏ささみのくず煮 キャベツの煮物 コンソメスープ 5倍粥		キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥	
28土	牛乳 米菓子		ウエハース					