



4月 離乳食こんだて



日	曜日	午後おやつ	離乳後期(9~11ヶ月)	離乳中期(7~8ヶ月)	離乳初期(6ヶ月)
		おやつ	昼食	昼食	昼食
1	月	ポテトもち	全がゆ～軟飯 白身魚の煮付け 切干大根煮 りんご わかめと白菜のみそ汁	5分がゆ～全がゆ 白身魚のだし煮 すりおろしりんご	つぶし粥 白身魚のだし煮 すりおろしりんご
2	火	かぼちゃきんとん	全がゆ～軟飯 鶏の照り煮 野菜ソテー 豆腐とねぎのみそ汁	5分がゆ～全がゆ 豆腐のやわらか煮 人参のおろし煮	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 人参のおろし煮
3	水	ゆかりおにぎり	全がゆ～軟飯 肉じゃが じゃことほうれん草の和え物 えのきのみそ汁	5分がゆ～全がゆ じゃことほうれん草のくたくた煮 マッシュポテト	つぶし粥 じゃことほうれん草のくたくた煮 マッシュポテト
4	木	大学芋	全がゆ～軟飯 豆腐の和風くず煮 ブロッコリーのソテー 玉ねぎとわかめのみそ汁	5分がゆ～全がゆ 豆腐と人参のつぶし煮 ブロッコリーのとろとろ煮	つぶし粥 豆腐と人参のつぶし煮 ブロッコリーのとろとろ煮
5	金	きなこバナナ	全がゆ～軟飯 野菜入りミートボール ビーフンサラダ 青菜のみそ汁	5分がゆ～全がゆ ささみと玉ねぎのとろみ煮 青菜のみそ汁	つぶし粥 白身魚と玉ねぎのとろみ煮 青菜のだし煮
6	土		豚丼(全がゆ～軟飯) 白菜のお浸し じゃが芋とわかめのみそ汁	5分がゆ～全がゆ 豆腐と野菜のくたくた煮 じゃが芋のつぶし煮	つぶし粥 豆腐と野菜のくたくた煮 じゃが芋のつぶし煮
8	月	焼きおにぎり	けいちゃん丼(全がゆ～軟飯) 豆腐の含め煮 えのきとねぎのおすまし	5分がゆ～全がゆ 豆腐のだし煮 キャベツのやわらか煮	つぶし粥 豆腐のだし煮 キャベツのやわらか煮
9	火	バナナ入りドーナツ	中華飯(全粥～軟飯) 春雨の中華和え 切干大根とわかめのみそ汁	5分がゆ～全がゆ ささみと野菜のくず煮 胡瓜のおろし煮	つぶし粥 じゃこと野菜のくず煮 胡瓜のおろし煮
10	水	角切りりんごゼリー	全がゆ～軟飯 鶏肉の照り煮 ひじき煮 豆腐とねぎのみそ汁	5分がゆ～全がゆ 豆腐のみそ汁 人参のくたくた煮	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 人参のくたくた煮
11	木	みたらし団子風	全がゆ～軟飯 白身魚の西京焼き かぼちゃサラダ 人参と青菜のおすまし	5分がゆ～全がゆ 白身魚のつぶし煮 青菜のやわらか煮	つぶし粥 白身魚のつぶし煮 青菜のやわらか煮
12	金	高野豆腐のあべかわ	ハヤシライス(全がゆ～軟飯) じゃことブロッコリーサラダ	5分がゆ～全がゆ じゃこと野菜のトマト煮 ブロッコリーのとろとろ煮	つぶし粥 じゃこと野菜のトマト煮 ブロッコリーのとろとろ煮
13	土		野菜うどん 白身魚の照り煮	野菜うどん 白身魚のほぐし煮	つぶし粥 白身魚のほぐし煮 白菜と人参のつぶし煮

日	曜日	午後おやつ	離乳後期(9~11ヶ月)	離乳中期(7~8ヶ月)	離乳初期(6ヶ月)
		おやつ	昼食	昼食	昼食
15	月	豆乳プリンいちごソースかけ	全がゆ～軟飯 鶏のソテー 胡瓜のおかか和え オレンジ 豆腐とわかめのみそ汁	5分がゆ～全がゆ 豆腐のだし煮 胡瓜のくたくた煮	つぶし粥 豆腐のだし煮 胡瓜のくたくた煮
16	火	バナナ	全がゆ～軟飯 鮭の照り焼き かぼちゃ煮 青菜のみそ汁	5分がゆ～全がゆ 鮭の旨煮 マッシュかぼちゃ	つぶし粥 白身魚の旨煮 マッシュかぼちゃ
17	水	きなこおはぎ	米粉パン ハンバーグ 大根サラダ コーンクリームスープ	米粉パン粥 ささみと玉ねぎのとろみ煮 ほうれん草のやわらか煮	つぶし粥 しらすと玉ねぎのとろみ煮 ほうれん草のやわらか煮
18	木	鬼まんじゅう	鶏のあんかけ丼(全粥～軟飯) 豆腐と青菜の旨煮 キャベツとわかめのみそ汁	5分がゆ～全がゆ 豆腐と青菜のくたくた煮 人参のだし煮	つぶし粥 豆腐と青菜のくたくた煮 人参のだし煮
19	金	バイン入りゼリー	全がゆ～軟飯 豚肉と玉ねぎ炒め ポテトサラダ えのきのみそ汁	5分がゆ～全がゆ ささみと玉ねぎのほぐし煮 胡瓜のおろし煮	つぶし粥 白身魚と玉ねぎのほぐし煮 胡瓜のおろし煮
20	土		肉みそうどん 豆腐の煮物 キャベツと青菜の和え物	うどん 豆腐のだし煮 キャベツのくたくた煮	つぶし粥 豆腐のだし煮 キャベツのくたくた煮
22	月	いちごジャムサンド	全がゆ～軟飯 白身魚の旨煮 ほうれん草のそぼろ炒め 玉ねぎのみそ汁	5分がゆ～全がゆ 白身魚の旨煮 ほうれん草のとろとろ煮	つぶし粥 白身魚の旨煮 ほうれん草のとろとろ煮
23	火	フライドポテト	全がゆ～軟飯 豚肉と大根の旨煮 ビーフンソテー バナナ 豆腐とねぎのみそ汁	5分がゆ～全がゆ 豆腐のみそ汁 つぶしバナナ	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 つぶしバナナ
24	水	フルーツきんとん	全がゆ～軟飯 松風焼き 青菜のごま和え えのきのみそ汁	5分がゆ～全がゆ ささみと野菜のとろみ煮 白菜のくたくた煮	つぶし粥 じゃこと野菜のとろみ煮 白菜のくたくた煮
25	木	おかかおにぎり	全がゆ～軟飯 マーボー豆腐 ブロッコリーの中華和え 春雨とわかめスープ	5分がゆ～全がゆ 豆腐と人参のくず煮 ブロッコリーのつぶし煮	つぶし粥 豆腐と人参のくず煮 ブロッコリーのつぶし煮
26	金	豆乳きなこもち	全がゆ～軟飯 チキンケチャップ さつま芋サラダ ねぎのみそ汁	5分がゆ～全がゆ ささみと人参のとろとろ煮 胡瓜のおろし煮	つぶし粥 じゃこと人参のとろとろ煮 胡瓜のおろし煮
27	土		ピビンパ丼(全がゆ～軟飯) 豆腐のだし煮 切干大根とわかめのみそ汁	5分がゆ～全がゆ 豆腐のやわらか煮 ほうれん草のとろみ煮	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 ほうれん草のとろみ煮

※ 材料の都合により献立を変更する場合があります。