

平成30年

4月の離乳食予定献立表

沼間愛児園

日	曜	午前食				主な材料		午後食			主な材料	
		ごっくん期 (A)	もぐもぐ期 (B)	かみかみ期 (C)	ばくばく期 (D)	午前食		B	C	D	午後食	
2	月	粥 じゃがいも 大根のスープ	しらすおじや じゃがいもの煮物 大根のみそ汁	しらすおじや じゃがいもの煮物 大根のみそ汁	しらすおじや じゃがいもの煮物 大根の味噌汁	しらす 人参 玉葱 きゃべつ じゃがいも 大根	トマトリゾット ブロッコリー	トマトピラフ ブロッコリー	トマト 玉葱 パター (Dケチャップ) ブロッコリー			
3	火	粥 白身魚 人参のスープ	粥 煮魚 にんじん 玉葱とわかめの味噌汁	粥 煮魚 花にんじん 玉葱とわかめの味噌汁	軟飯 煮魚 花にんじん 玉葱とわかめの味噌汁	カレイ にんじん 玉葱 わかめ	チーズパン粥 きゃべつ・かぼちゃ	食パン・チーズ きゃべつ・かぼちゃ	食パン チーズ きゃべつ かぼちゃ			
4	水	粥 さつまいも 白菜のスープ	煮込みうどん さつまいもの煮物 白菜お浸し	煮込みうどん さつまいもの煮物 白菜お浸し	煮込みうどん さつまいもの煮物 白菜お浸し	うどん 人参 玉葱 さつまいも 白菜	きなこ粥 かぶの煮物・ほうれんそうお浸し	きなこおはぎ かぶの煮物・ほうれんそうお浸し	きなこ かぶ ほうれんそう			
5	木	粥 かぼちゃ きゃべつのスープ	粥 豆腐と野菜ソースかけ かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	粥 豆腐ボール かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	軟飯 豆腐ボール かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	豆腐 人参 (Dパン粉) かぼちゃ きゃべつ	しらすおじや 大根と人参の煮物	甘辛しらすごはん 大根と人参のきんぴら	しらす 大根 人参			
6	金	粥 人参 かぶのスープ	粥 ささみと野菜の煮物 白菜と玉葱の味噌汁	粥 ささみと野菜の煮物 白菜と玉葱の味噌汁	軟飯 ささみと野菜の煮物 白菜と玉葱の味噌汁	ささみ かぶ 人参 白菜 玉葱	みそわかめうどん さつまいもとブロッコリーのチーズあえ		うどん 玉葱 わかめ じゃがいも ブロッコリー チーズ			
7	土	粥 じゃがいも 大根のスープ	野菜おじや じゃがいもの煮物 麩の味噌汁	野菜おじや じゃがいもの煮物 麩の味噌汁	野菜おじや じゃがいもの煮物 麩の味噌汁	玉葱 人参 大根 じゃがいも 麩	しらすおじや 白身魚の洋風煮込み	鶏と野菜のリゾット 鮭のホワイトシチュー	鶏肉 玉葱 人参 かぼちゃ ブロッコリー 鮭 豆乳 玉葱 人参 じゃがいも			
9	月	粥 さつまいも 人参のスープ	みそうどん ブロッコリー 人参の甘煮	みそうどん ブロッコリー 人参の甘煮	みそうどん ブロッコリー 人参の甘煮	うどん ささみ ほうれんそう ブロッコリー 人参	チーズおじや トマト・さつまいもの煮物	チーズお焼き トマト・さつまいものソテー	チーズ 青のり (CD) トマト さつまいも			
10	火	粥 かぼちゃ じゃがいものスープ	粥 魚のバター蒸し 大根の煮物 白菜味噌汁	粥 魚のバター蒸し 大根の煮物 白菜味噌汁	軟飯 魚のバター蒸し 大根の煮物 白菜味噌汁	カレイ 人参 玉葱 パター 大根 白菜	豆腐あんかけ粥 かぼちゃの煮物	豆腐あんかけ丼 かぼちゃの煮物	豆腐 小松菜 かぼちゃ			
11	水	粥 じゃがいも 人参のスープ	パン粥 ささみと野菜のスープ煮 じゃがいもの煮物	パン粥 ささみと野菜のスープ煮 粉ふきいも	食パン ささみと野菜のスープ 粉ふきいも	食パン ささみ 玉葱 きゃべつ 人参 じゃがいも	みそおじや かぶの煮物	五平もち きゃべつお浸し・かぶ	みそ (BC玉葱・きゃべつ) きゃべつ (D) かぶ			
12	木	粥 人参 かぼちゃスープ	二色粥 かぼちゃの煮物 玉葱とわかめの味噌汁	二色粥 かぼちゃの煮物 玉葱とわかめの味噌汁	二色ごはん かぼちゃの煮物 玉葱とわかめの味噌汁	しらす 人参 かぼちゃ 玉葱 わかめ	鶏といんげんのお粥 大根の煮物	炊き込みごはん 大根の煮物	鶏胸肉 いんげん 大根			
13	金	粥 さつまいも じゃがいものスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 さつまいもの煮物 小松菜のみそ汁	粥 豆腐と野菜の煮物 さつまいもの煮物 小松菜のみそ汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 さつまいもの煮物 小松菜のみそ汁	豆腐 人参 かぶ さつまいも 小松菜	ささみと野菜のうどん ブロッコリー		うどん ささみ 玉葱 白菜 ブロッコリー			
14	土	粥 じゃがいも 人参スープ	あんかけ粥 トマト かぶの味噌汁	あんかけ粥 トマト かぶの味噌汁	あんかけごはん トマト かぶの味噌汁	ささみ 人参 きゃべつ トマト かぶ	しらすおじや 野菜スープ	しらす 人参 玉葱 人参 いんげん				
16	月	粥 大根 人参のスープ	粥 魚のみそ煮 大根と人参の煮物 白菜味噌汁	粥 魚のみそ煮 大根と人参の煮物 白菜味噌汁	軟飯 魚のみそ煮 大根と人参の煮物 白菜味噌汁	カレイ 大根 人参 白菜	りんごパン粥 ほうれんそう・かぶ	りんごサンド ほうれんそうのソテー・かぶ	食パン りんご ほうれんそう かぶ			
17	火	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	パン粥 肉団子と野菜のスープ煮 ブロッコリー	パン粥 肉団子と野菜のスープ煮 ブロッコリー	食パン 肉団子と野菜のスープ ブロッコリー	食パン 鶏胸肉 玉葱 人参 じゃがいも ブロッコリー	野菜おじや きゃべつお浸し	野菜おやき きゃべつおかかあえ	人参 いんげん きゃべつ (Dかつお節)			
18	水	粥 かぼちゃ 大根のスープ	しらすとわかめのおじや 南瓜の煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	しらすとわかめのおじや 南瓜の煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	しらすとわかめのごはん 南瓜の煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	しらす わかめ かぼちゃ 玉葱 ほうれんそう	ささみと白菜のうどん 大根と人参の煮物	ささみと白菜のうどん 大根と人参スティック	うどん ささみ 白菜 大根 人参			
19	木	粥 じゃがいも かぶのスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 トマト かぶの味噌汁	粥 豆腐ハンバーグ トマト かぶの味噌汁	軟飯 豆腐ハンバーグ トマト かぶの味噌汁	豆腐 人参 (CDパン粉) トマト かぶ	リゾット・じゃがいもの煮物 りんごのヨーグルトかけ	ピラフ・じゃがいもの煮物 りんごのヨーグルトかけ	玉葱 きゃべつ パター じゃがいも りんご ヨーグルト			
20	金	粥 さつまいも はくさいのスープ	野菜うどん さつまいもの煮物 果物	野菜うどん さつまいもの煮物 果物	野菜うどん さつまいもの煮物 果物	うどん ささみ きゃべつ 人参 さつまいも パナナ	たらのみそおじや 白菜と小松菜の煮びたし	鮭ごはん ブロッコリー 白菜と小松菜の煮びたし	たら (BC) 鮭・ブロッコリー (D) 白菜 小松菜			
21	土	粥 じゃがいも 白菜のスープ	軟飯 じゃがいものそぼろあんかけ 貝たくさん汁	軟飯 じゃがいものそぼろあんかけ 貝たくさん汁	軟飯 じゃがいものそぼろあんかけ 貝たくさん汁	鶏胸肉 じゃがいも 白菜 玉葱 人参	やわらか鶏のおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み		玉葱 人参 鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら			
23	月	粥 豆腐 人参スープ	パン粥 豆腐の鶏そぼろあん ブロッコリー 玉葱と人参のスープ	パン粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ ブロッコリー 玉葱と人参のスープ	食パン 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ ブロッコリー 玉葱と人参のスープ	食パン 豆腐 鶏胸肉 (CDパン粉) ブロッコリー 玉葱 人参	さつまいも粥 チンゲン菜としらすの和え物	さつまいもごはん チンゲン菜としらすの和え物	さつまいも しらす チンゲン菜			
24	火	粥 さつまいも かぶのスープ	粥 ささみのおろし煮 さつまいもの煮物 きゃべつの味噌汁	粥 ささみのおろし煮 さつまいもの煮物 きゃべつの味噌汁	軟飯 ささみのおろし煮 さつまいもの煮物 きゃべつの味噌汁	ささみ かぶ さつまいも きゃべつ	人参おじや ブロッコリーチーズあえ・トマト	人参ごはん ブロッコリーチーズあえ・トマト	人参 チーズ ブロッコリー トマト			
25	水	粥 豆腐 白菜のスープ	けんちんうどん 大根の煮物・果物	けんちんうどん 大根のきんぴら・果物	けんちんうどん 大根きんぴら・果物	うどん 豆腐 人参 白菜 大根 パナナ	しらすとわかめのおじや かぼちゃの煮物		しらす 玉葱 わかめ かぼちゃ			
26	木	粥 じゃがいも 小松菜のスープ	粥 鶏団子とじゃがいもの煮物 トマトのスープ	粥 鶏団子とじゃがいもの煮物 トマトのスープ	軟飯 鶏団子とじゃがいもの煮物 トマトのスープ	鶏胸肉 玉葱 じゃがいも トマト	みそにゆうめん 小松菜のお浸し	みそにゆうめん 小松菜おかかあえ	そうめん 人参 玉葱 小松菜 (Dかつお節)			
27	金	粥 かぼちゃ ほうれんそうのスープ	粥 煮魚 かぼちゃと人参の煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	粥 煮魚 かぼちゃと人参の煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	軟飯 煮魚 かぼちゃと人参の煮物 麩とほうれんそうの味噌汁	カレイ かぼちゃ 人参 麩 ほうれんそう	きなこパン粥 かぶグラッセ・白菜	きなこサンド かぶのグラッセ・白菜	そうめん 人参 玉葱 小松菜 (Dかつお節)			
28	土	粥 大根 白菜のスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 白菜の味噌汁	粥 豆腐と野菜の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 白菜の味噌汁	豆腐 人参 大根 白菜	かぼちゃとさつまいものおじや 白身魚と野菜の洋風煮込み		かぼちゃ さつまいも 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら			

ばくばく後期 (E) の午前食は乳児食と同じです。