

2021年度4月離乳食予定献立表

戸塚愛児園

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
01木				カレーライス きゅうりとわかめの酢の物 もやしのスープ バナナ 人参おにぎり 牛乳	おかかおにぎり
02金				ごはん ハンバーグ コールスローサラダ 豆腐と玉ねぎの味噌汁 おさつスティック 牛乳	バナナ
03土				豚丼 きゅうりと人参の昆布和え かぶの味噌汁 かぼちゃ軟飯 牛乳	
05月				マカロニイタリアン かぼちゃサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ 鶏ごぼうご飯 牛乳	塩昆布おにぎり
06火	つぶし粥 豆腐のペースト 大根のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ 源平煮 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 根菜の煮物 白菜のすまし汁 じゃがベーコン 牛乳	ごはん 豆腐の肉味噌のせ 根菜の煮物 白菜のすまし汁 じゃがベーコン 牛乳	ツナマヨおにぎり
07水	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト すまし汁	全粥 鶏肉のりんごソースかけ 人参サラダ わかめと玉ねぎのスープ	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ 人参サラダ わかめと玉ねぎのスープ 青のりおにぎり 牛乳	コッペパン 鶏肉のマーメレード焼き 人参サラダ わかめと玉ねぎのスープ 青のりおにぎり 牛乳	バナナ
08木	つぶし粥 鰯のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け ブロッコリーの和え物 キャベツの味噌汁	軟飯 鰯の煮付け ブロッコリーの和え物 キャベツの味噌汁 りんご さつま芋のグラッセ 牛乳	ごはん 鰯の煮付け ブロッコリーのごま酢和え キャベツの味噌汁 りんご さつま芋のグラッセ 牛乳	ひじきおにぎり
09金	つぶし粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 マーボー春雨 人参ときゅうりのサラダ 豆腐の味噌汁 野菜雑炊(みそ味)	軟飯 マーボー春雨 キュービックサラダ 豆腐の味噌汁 お麩とねぎの味噌汁 野菜雑炊(みそ味) バナナ 茹でかぼちゃ	ごはん マーボー春雨 キュービックサラダ 豆腐の味噌汁 お麩とねぎの味噌汁 野菜雑炊(みそ味) 牛乳	ごま塩おにぎり
10土	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト じゃが芋のペースト すまし汁	チキンライス風おじや グリーンサラダ じゃが芋と玉ねぎのスープ さつま芋おじや	チキンライス風 グリーンサラダ じゃが芋と玉ねぎのスープ さつま芋おじや	チキンライス グリーンサラダ じゃが芋と玉ねぎのスープ さつま芋おじや 牛乳	
12月	つぶし粥 豆腐のペースト トマトのペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のトマトあんかけ 白菜と人参の和え物 切干大根の味噌汁 かぼちゃのお焼き(あんかけ)	軟飯 豆腐のトマトあんかけ 白菜と人参の和え物 切干大根の味噌汁 かぼちゃのお焼き 茹でブロッコリー キャベツの味噌汁	ごはん 肉豆腐 白菜と人参の甘酢和え 切干大根の味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	青のりおにぎり
13火	つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト 澄まし汁	全粥 鰯の味噌煮 かぶの浅漬け ほうれん草と玉ねぎのすまし汁 きな粉おじや	軟飯 鰯の西京焼き かぶの浅漬け ほうれん草と玉ねぎのすまし汁 きな粉おはぎ 茹でじゃが芋 隠元の味噌汁	ごはん 鰯の西京焼き かぶの浅漬け ほうれん草と玉ねぎのすまし汁 甘夏 きな粉おはぎ 牛乳	人参おにぎり
14水	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のりんごソースかけ キャベツの磯和え もやしの味噌汁 しらすおじや	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ キャベツの磯和え もやしの味噌汁 しらす軟飯 きゅうりスティック さつま芋の味噌汁	ごはん かき揚げ キャベツの磯和え もやしの味噌汁 しらす軟飯 牛乳	バナナ
15木	つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 源平煮 豆腐と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのミルク煮	軟飯 鰯の照り焼き 源平煮 豆腐と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 茹で白菜 バナナ	ごはん 鰯の塩焼き 筍と根菜の煮物 油揚げと玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	塩昆布おにぎり

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
16金	つぶし粥 豆腐のペースト トマトのペースト さつま芋のペースト すまし汁	全粥 鶏肉のトマト煮 さつま芋のサラダ 春雨スープ わかめおじや	軟飯 鶏肉のトマト煮 さつま芋のサラダ 春雨スープ わかめおにぎり かぶのくず煮 えのきの味噌汁	ロールパン ポークビーンズ ごぼうのサラダ 春雨スープ わかめおにぎり 牛乳	ふかし芋
17土	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト きゅうりのペースト すまし汁	チャーハン風おじや キャベツの浅漬け 大根と玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや	チャーハン風 キャベツの浅漬け 大根と玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや	ツナチャーハン キャベツの浅漬け えのきと玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
19月	つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 高野豆腐の煮物 かぼちゃの味噌汁 野菜雑炊	軟飯 鰯のムニエル 高野豆腐の煮物 かぼちゃの味噌汁 野菜雑炊 さつま芋スティック 茹でほうれん草	ごはん 鰯のムニエル ひじきの炒り煮 かぼちゃの味噌汁 野菜雑炊 牛乳	青のりおにぎり
20火	つぶし粥 高野豆腐のペースト かぶのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 かぶの和え物 なすと玉ねぎの味噌汁 じゃが芋のチーズ和え(あんかけ)	軟飯 鶏肉の照り煮 かぶの和え物 なすと玉ねぎの味噌汁 じゃが芋のチーズ焼き 人参スティック 小松菜の味噌汁	ごはん 鶏肉のバーベキューソース かぶの塩昆布あえ なすと玉ねぎの味噌汁 じゃが芋のチーズ焼き 牛乳	バナナ
21水	つぶし粥 豆腐のペースト さつま芋のペースト 白菜のペースト	全粥 豆腐のそぼろあんかけ さつま芋のペースト 白菜の味噌汁 混ぜおじや	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ スイートポテトサラダ 白菜の味噌汁 混ぜおじや 茹でブロッコリー しめじの味噌汁	味噌煮込みうどん スイートポテトサラダ 清見オレンジ 混ぜ軟飯 牛乳	おかかおにぎり
22木	つぶし粥 鰯のペースト きゅうりのペースト 人参のペースト すまし汁	ケチャップライス風おじや 鶏肉のコーンクリーム煮 もやしときゅうりのサラダ わかめと玉ねぎのスープ 鯛雑炊	ケチャップライス風 鶏肉のコーンクリーム煮 もやしときゅうりのサラダ わかめと玉ねぎのスープ 鯛雑炊 いちご 茹でかぼちゃ	ケチャップライス 鶏肉の竜田揚げ もやしときゅうりのサラダ わかめと玉ねぎのスープ 鯛雑炊 いちご 牛乳	青のりおにぎり
23金	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 肉じゃが キャベツの浅漬け ほうれん草の味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 肉じゃが キャベツの浅漬け ほうれん草の味噌汁 さつま芋のお焼き 高野豆腐の煮物 なすの味噌汁	ごはん 肉じゃが キャベツの浅漬け なめこの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳	和風ツナおにぎり
24土	つぶし粥 豆腐のペースト かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 マーボー豆腐 温野菜 白菜のスープ わかめおじや	マーボー丼 温野菜 白菜のスープ わかめおじや	マーボー丼 温野菜 白菜のスープ わかめおじや 牛乳	
26月	つぶし粥 豆腐のペースト トマトのペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のトマトあんかけ 人参ときゅうりのサラダ 大根の味噌汁 人参おじや	軟飯 豆腐のトマトあんかけ キュービックサラダ 大根の味噌汁 人参おにぎり 茹で小松菜 キャベツの味噌汁	ごはん 豚肉のカレー風味焼き マカロニサラダ 大根の味噌汁 人参おにぎり 牛乳	青のりおにぎり
27火	つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト じゃが芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け もやしと人参の和え物 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 チーズリゾット	軟飯 鰯の照り焼き もやしと人参の和え物 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 チーズリゾット バナナ 茹でブロッコリー	ごはん 鰯の生姜焼き もやしと人参の甘酢和え じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 バナナ チーズリゾット 牛乳	おかかおにぎり
28水	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト きゅうりのペースト すまし汁	全粥 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのサラダ オニオンスープ ひじきおじや	軟飯 鶏肉の野菜あんかけ キャベツのサラダ オニオンスープ ひじき軟飯 かぶの煮物 ほうれん草の味噌汁	パンズパン チキンカツ キャベツとツナのサラダ オニオンスープ ひじきご飯 牛乳	ごま塩おにぎり
30金	つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 鰯の味噌煮 源平煮 豆腐のすまし汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鰯の味噌煮 源平煮 豆腐のすまし汁 じゃが芋のお焼き トマト きのこの味噌汁	たけのご飯 鰯の味噌煮 きんぴらごぼう 豆腐とえのきのすまし汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	塩昆布おにぎり