

2023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土				マーボー春雨丼 キャベツの塩昆布和え 豆腐とえのきの味噌汁 さつま芋おじや 牛乳	
03月				マカロニイタリアン キュービックサラダ 青梗菜とコーンのスープ おかかおにぎり 牛乳	バナナ
04火				ごはん メカジキの唐揚げ ブロッコリーの胡麻和え キャベツの味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	青のりご飯
05水				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 清見オレンジ きな粉トースト 牛乳	ツナマヨご飯
06木				食パン ハンバーグ ごぼうのサラダ 春雨スープ ひじき軟飯 牛乳	粉吹き芋
07金	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ 切干大根の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 切干大根の煮物 白菜の味噌汁	ごはん 鶏肉の磯辺焼き 切干大根の旨煮 白菜の味噌汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	ひじきご飯
08土	つぶし粥 高野豆腐のペースト さつま芋のペースト ほうれん草のペースト	全粥 鶏肉と野菜の味噌煮 温野菜 ほうれん草のすまし汁	鶏肉の味噌丼 温野菜 ほうれん草のすまし汁 じゃが芋と人参のおじや 牛乳	豚肉の味噌丼 温野菜 ほうれん草のすまし汁 じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
10月	つぶし粥 鱈のペースト 大根のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈の煮付け 源平煮 豆腐と玉ねぎの味噌汁	軟飯 鱈の煮付け 源平煮 豆腐と玉ねぎの味噌汁	ごはん 鱈の幽庵焼き きんぴらごぼう 油揚げと玉ねぎの味噌汁 マカロニきな粉 牛乳	青のりご飯
11火	つぶし粥 豆腐のペースト さつま芋のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 肉豆腐 茹でさつま芋 切干大根の味噌汁	軟飯 肉豆腐 茹でさつま芋 切干大根の味噌汁	ごはん 肉豆腐 さつま芋の甘煮 切干大根の味噌汁 野菜雑炊 牛乳	おかかご飯
12水	つぶし粥 高野豆腐のペースト 大根のペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のチーズ煮 大根のサラダ わかめの味噌汁	軟飯 鶏肉のチーズ焼き 大根のサラダ わかめの味噌汁	ハイジパン 鶏肉のチーズ焼き 大根とかにかまのサラダ わかめのスープ 塩昆布おにぎり 牛乳	バナナ
13木	つぶし粥 鱈のペースト かぼちゃのペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈の味噌煮 茹でかぼちゃ 豆腐と小松菜のすまし汁	軟飯 鱈の味噌煮 茹でかぼちゃ 豆腐と小松菜のすまし汁	ごはん 鱈の味噌煮 筍と根菜の煮物 豆腐と小松菜のすまし汁 ビザトースト 牛乳	ふかし芋
14金	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 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 キャベツの浅漬け じゃが芋の味噌汁	軟飯 鶏肉の照り煮 キャベツの浅漬け じゃが芋の味噌汁	ごはん 鶏肉の生姜焼き キャベツの和え物 お麩とねぎの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳	塩昆布ご飯

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)
15土	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	チキンライス風おじや ブロッコリーのサラダ 豆腐のスープ	チキンライス風 ブロッコリーのサラダ 豆腐のスープ	チキンライス 三色サラダ 豆腐のスープ ひじきおじや 牛乳	
17月	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	鶏そぼろおじや なすの煮浸し もやしの味噌汁	鶏そぼろ丼 なすの煮浸し もやしの味噌汁	豚コーン丼 ひじきの炒り煮 もやしの味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	青のりご飯
18火	つぶし粥 豆腐のペースト さつま芋のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐の野菜あんかけ スイートポテトサラダ 大根の味噌汁	軟飯 豆腐の野菜あんかけ スイートポテトサラダ 大根の味噌汁	けんちんうどん スイートポテトサラダ バナナ グリーンピース軟飯 牛乳	ツナケチャップ ご飯
19水	つぶし粥 鱈のペースト キャベツのペースト ほうれん草のペースト	全粥 鱈の味噌煮 キャベツの磯和え ほうれん草と玉ねぎのすまし汁 野菜雑炊	軟飯 鱈の味噌煮 キャベツの磯和え ほうれん草と玉ねぎのすまし汁 野菜雑炊 バナナ わかめの味噌汁	ごはん 鱈の西京焼き キャベツの磯和え ほうれん草と玉ねぎのすまし汁 野菜雑炊 牛乳	粉吹き芋
20木	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト 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 高野豆腐の煮物 なすの味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ 高野豆腐の煮物 なすの味噌汁 さつま芋のお焼き 茹で小松菜 えのきのスープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース うの花炒り煮 なすと油揚げの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳	おかかご飯
21金	つぶし粥 鱈のペースト きゅうりのペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈の煮付け 春雨サラダ 白菜の味噌汁 人参おじや	軟飯 鱈の煮付け 春雨サラダ 白菜の味噌汁 人参軟飯 粉吹き芋 豆腐の味噌汁	ごはん 鱈の煮付け 春雨サラダ なめこの味噌汁 人参軟飯 牛乳	バナナ
22土	つぶし粥 高野豆腐のペースト 玉ねぎのペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	鶏と玉ねぎのおじや グリーンサラダ 切干大根の味噌汁 かぼちゃおじや	鶏丼 グリーンサラダ 切干大根の味噌汁 かぼちゃおじや	豚丼 グリーンサラダ 切干大根の味噌汁 かぼちゃおじや 牛乳	
24月	つぶし粥 鱈のペースト きゅうりのペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈の煮付け 人参ときゅうりのサラダ わかめの味噌汁 さつま芋のミルク煮	軟飯 鱈の照り煮 人参ときゅうりのサラダ わかめの味噌汁 さつま芋のミルク煮 茹でブロッコリー 高野豆腐の煮物	ごはん 鱈の照り焼き マカロニサラダ わかめとえのきの味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	梅ご飯
25火	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト かぼちゃのペースト すまし汁	全粥 鶏肉のトマト煮 キャベツのサラダ かぼちゃのスープ ひじきおじや	軟飯 鶏肉のトマト煮 キャベツのサラダ かぼちゃのスープ ひじき軟飯 茹で小松菜 隠元の味噌汁	食パン 鶏肉のマーメレード焼き コールスローサラダ かぼちゃのスープ ひじき軟飯 牛乳	バナナ
26水	つぶし粥 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 すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 ポパイサラダ 豆腐のスープ 青のりおにぎり 茹でさつま芋 しめじの味噌汁	ハヤシライス風 ポパイサラダ 豆腐のスープ 青のりおにぎり 茹でさつま芋 しめじの味噌汁	ハヤシライス ポパイサラダ 豆腐のスープ 青のりおにぎり 牛乳	塩昆布ご飯
27木	つぶし粥 鯛のペースト きゅうりのペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	ひじきおじや 鯛のペースト きゅうりのペースト キャベツの味噌汁 鯛雑炊	ひじき軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 もやしときゅうりのサラダ キャベツの味噌汁 鯛雑炊 バナナ なすの味噌汁	和風ツナごはん 鶏肉のコーンクリーム煮 鶏肉の竜田揚げ もやしときゅうりのサラダ キャベツとコーンの味噌汁 鯛雑炊 牛乳	青のりご飯
28金	つぶし粥 鱈のペースト 小松菜のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈のホワイトソースかけ 小松菜と人参のお浸し 大根の味噌汁 きな粉おはぎ 茹でかぼちゃ ほうれん草の味噌汁	軟飯 鱈のホワイトソースかけ 小松菜と人参のお浸し 大根の味噌汁 きな粉おはぎ 茹でかぼちゃ ほうれん草の味噌汁	ごはん 鱈のカレー風味焼き 小松菜と人参のお浸し 大根の味噌汁 大根の味噌汁 きな粉おはぎ 牛乳	ふかし芋