

2024年度 4月 離乳食予定献立表



曜日	日付	5~6ヶ月離乳食	7~8ヶ月離乳食	9~11ヶ月離乳食		12ヶ月~完了	
				午後おやつ		午前おやつ	午後おやつ
月	8・22	おもゆ〜つぶし粥 野菜スープ 野菜類・芋類マッシュ 白身魚マッシュ 豆腐 成長に応じて提供 させていただきます。	3分〜7分粥 ささみ挽肉とピーマン煮 きゃべつ煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子とピーマン煮 きゃべつ酢物 味噌汁 おじゃ	軟飯〜御飯 鶏生姜焼き刻み 春きゃべつ酢の物刻み 味噌汁	ビスケット	チーズ蒸しパン ころも
火	9・23		3分〜7分粥 ささみひき肉と小松菜煮 とまと煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子と小松菜煮 トマト煮 味噌汁 オレンジ	ピピンパ丹(軟飯〜御飯) トマトサラダ刻み わかめスープ 果物	ウエハース	おやつパン するめ
水	10・24		3分〜7分粥 白身魚と大根煮 南瓜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚と大根煮 白菜煮 味噌汁 南瓜煮	軟飯〜御飯 鯖の幽庵焼き刻み れんこん金平刻み 味噌汁	クッキー	空豆御飯 チーズ
木	11・25		3分〜7分粥 ささみ挽肉とかぶ煮 ほうれん草煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とかぶ煮 ほうれん草煮浸し 味噌汁 煮込みうどん	軟飯〜御飯 コーンコロッケ刻み ささみときゅうりのサラダ刻み 味噌汁	クラッカー	イチゴスコーン ころも
金	12・26		3分〜7分粥 白身魚とブロッコリー煮 なすの煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とブロッコリー煮 なすのケチャップ煮 味噌汁 りんご	軟飯〜御飯 かじきのマーマレード焼き刻み 新ごぼうサラダ刻み 味噌汁 果物	ウエハース	アスパラ和風スパゲッティ するめ 26日誕生日ケーキ
土	13・27			全粥 肉団子といんげん煮 春雨酢の物 味噌汁 おじゃ	軟飯〜御飯 豚中華炒め刻み いんげんおかか和え刻み 味噌汁	クッキー	焼きうどん するめ
月	1・15	おもゆ〜つぶし粥 野菜スープ 野菜類・芋類マッシュ 白身魚マッシュ 豆腐 成長に応じて提供 させていただきます。	3分〜7分粥 ささみの挽肉と南瓜煮 きゃべつ煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子と南瓜煮 きゃべつソテー 味噌汁 おじゃ	軟飯〜御飯 鶏チーズ焼き刻み ごま和え刻み 味噌汁	ウエハース	ココアパンケーキ ころも
火	2・16・30		3分〜7分粥 ささみひき肉とカリフラワー煮 大根煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とカリフラワー煮 大根煮 味噌汁 オレンジ	カレーライス刻み(軟飯〜御飯) カリフラワーサラダ刻み 味噌汁 果物	クラッカー	ツナチーズトースト ころも
水	3・17		3分〜7分粥 白身魚と白菜煮 かぶの煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚と白菜煮 切り干し大根煮 味噌汁 おじゃ	グリーンピース御飯(軟飯〜御飯) 鯖のみそ焼き刻み 切り干し大根煮刻み 清汁	ウエハース	たけのこ御飯 チーズ
木	4・18		3分〜7分粥 ささみ挽肉とさつまいも煮 トマト煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とさつまいも煮 ピーマンのケチャップ煮 味噌汁 バナナ	軟飯〜御飯 中華風松風焼刻み ナムル刻み 中華スープ 果物	ビスケット	オニオンブレッド するめ
金	5・19		3分〜7分粥 白身魚とパプリカ煮 マッシュポテト 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とひじき煮 春雨酢の物 味噌汁 煮込みうどん	軟飯〜御飯 鯖のトマトソースがけ刻み ひじきサラダ刻み 味噌汁	クッキー	新じゃがのおやき 小魚せんべい
土	6・20			全粥 肉団子ときゃべつ煮 豆腐煮 味噌汁 りんご	そぼろ丼(軟飯〜御飯) 和風和え刻み 味噌汁 果物	クラッカー	おかかおにぎり するめ

4月献立表



2024年度

曜日	日付	朝食	昼食	主な材料			夕食	おやつ(午前)	おやつ(午後)
				血や肉になる	熱や力になる	調子を整える			
月	8・22	朝食を希望する場合は、お問い合わせください。	御飯 鶏生姜焼き 春キャベツの酢の物 味噌汁	鶏肉 ちくわ	七分搗米	もやし、ピーマン 玉ねぎ、人参、しめじ 生姜、キャベツ きゅうり、わかめ さつまいも、葉ネギ	ハヤシライス スティック野菜 味噌汁	ほうじ茶 ビスケット	豆乳 チーズ蒸しパン 小魚
火	9・23		ビビンバ丼 トマトサラダ わかめスープ 果物	豚ひき肉 チーズ 豆腐	七分搗米 ゴマ	人参、小松菜、もやし トマト、スナップエンドウ きゅうり、コーン わかめ、長ネギ オレンジ	御飯 鶏旨煮 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	牛乳 おやつパン するめ
水	10・24		御飯 鯖幽庵焼き れんこん金平 味噌汁	鯖 油あげ	七分搗米 ゴマ	かぼちゃ、れんこん 人参、しらたき 絹さや、大根 えのき、白菜	御飯 回鍋肉 味噌汁	ほうじ茶 クッキー	ほうじ茶 そら豆御飯 チーズ
木	11・25		御飯 コーンコロケ ささみときゅうりのサラダ 味噌汁	豚ひき肉 鶏卵 ささみ	七分搗米	コーン、じゃがいも 玉ねぎ、人参 きゅうり、もやし ほうれんそう、かぶ	チキンライス バナナ 味噌汁	ほうじ茶 クラッカー	牛乳 いちごスコーン こぶ
金	12・26		御飯 かじきマーマレード焼き 新ごぼうのサラダ 味噌汁 果物	かじき	七分搗米	ブロックリー、ごぼう 人参、コーン キャベツ、ナス いんげん、舞茸 りんご	御飯 豚大根 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	牛乳 アスパラの和風スパゲッティ 干し芋 26日 誕生日会 牛乳、お誕生ケーキ
土	13・27		御飯 豚中華炒め いんげんおかか和え 味噌汁	豚肉 油あげ	七分搗米	キャベツ、長ネギ 人参、春雨 いんげん、えのき もやし	/	ほうじ茶 クッキー	ほうじ茶 焼きうどん するめ
月	1・15		御飯 鶏のチーズ焼き ごま和え 味噌汁	豚肉 油あげ チーズ	七分搗米 ゴマ	玉ねぎ、ピーマン 赤パプリカ、人参 ほうれんそう しめじ、かぼちゃ キャベツ		ピラ りんご 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース
火	2・16・30		カレーライス カリフラワーサラダ 味噌汁 果物	豚肉 ハム	七分搗米	人参、じゃがいも 玉ねぎ、カリフラワー コーン、小松菜 大根、なめこ オレンジ	御飯 鶏コンソメ煮 味噌汁	ほうじ茶 クラッカー	豆乳 ツナチーズトースト 干し芋
水	3・17		グリーンピース御飯 鮭の味噌焼 切干大根煮 清汁	鮭 油あげ	七分搗米 ゴマ	グリーンピース、かぶ きゅうり、人参 切干大根、ごぼう 絹さや、三つ葉 しいたけ	御飯 ポークソテー 味噌汁	ほうじ茶 ビスケット	ほうじ茶 たけのこ御飯 チーズ
木	4・18		御飯 中華風松風焼 ナムル 中華スープ 果物	豚ひき肉 ハム	七分搗米 ゴマ	玉ねぎ、人参 しいたけ、れんこん いんげん、トマト 豆苗、もやし、長ネギ チンゲン菜、バナナ	じゃこ御飯 おかか和え 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	牛乳 オニオンブレッド するめ
金	5・19	御飯 鯖のトマトソースがけ ひじきサラダ 味噌汁	鯖 ハム	七分搗米	玉ねぎ、ピーマン 黄パプリカ、人参 ひじき、春雨 きゅうり、コーン 水菜、もやし、しめじ	御飯 麻婆豆腐 味噌汁	ほうじ茶 クッキー	牛乳 新じゃがのおやき 小魚せんべい	
土	6・20	そぼろ丼 和風和え 味噌汁 果物	鶏ひき肉 豆腐	七分搗米 ゴマ	いんげん、コーン 人参、キャベツ わかめ、りんご	/	ほうじ茶 クラッカー	ほうじ茶 おかかおにぎり するめ	

- *仕入れの都合による献立変更の際は、ご了承ください。
- *乳児は食べやすい大きさに刻んで提供しています。
- *献立表の中で初めて食べる食材がある場合、ご家庭で一度お試しください。
- *体調の変化などありましたらお申し出ください。
- *0・1歳には桜えびではなく、しらすを提供します。

《 午前おやつ・昼食・午後おやつあたりの平均栄養量 》

	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)
3歳以上児	555	26.6	16.8	80.5	261	3.0	336	0.53	0.44	49
3歳未満児	456	21.3	13.8	66.3	211	2.2	269	0.41	0.35	39