



様式F105 離乳食献立 2021年04月

日付	完了期	後期	中期	初期
01木	御飯 かき玉汁 鯖の味噌煮 ウインナーと野菜のソテー パナナ	全粥 かきたま汁 鯖の味噌煮 野菜のソテー	全粥 野菜スープ 白身魚の味噌煮	つぶし粥 野菜スープ たら にんじん
02金	飯 牛丼 みそ汁(もやし) ポパイサラダ(人参・かまぼこ) りんご	飯 牛丼 みそ汁(もやし) ポパイサラダ(人参・かまぼこ)	お粥 野菜あんかけ丼 みそ汁(もやし) ポパイサラダ(人参・かまぼこ)	つぶし粥 野菜スープ ほうれん草 にんじん
03土	ご飯 みそ汁(キャベツ) 生揚げの中華五目煮 かぼちゃのグラッセ もも缶	ご飯 みそ汁(キャベツ) 生揚げの中華五目煮 かぼちゃのグラッセ	ご飯 野菜スープ 豆腐の五目煮	つぶし粥粥 スープ(汁のみ) 豆腐 かぼちゃ
05月	御飯 みそ汁 筑前煮 ほうれん草とえのき茸のお浸し トマト	御飯 みそ汁 筑前煮 ほうれん草とえのき茸のお浸し	お粥 野菜スープ 筑前煮 ほうれん草のお浸し	つぶし粥 野菜スープ 大根 ほうれん草
06火	御飯 みそ汁 赤魚の煮つけ マカロニサラダ グレープフルーツ	御飯 みそ汁 赤魚の煮つけ マカロニサラダ	全粥 野菜スープ 白身魚とじゃが芋の煮物	つぶし粥 野菜スープ 豆腐 ほうれん草
07水	タンメン きゅうりとわかめの酢の物(かにかま) ほうじ茶 オレンジ	煮込みうどん きゅうりとわかめの酢の物 ほうじ茶	煮込みうどん きゅうりとわかめの酢の物 ほうじ茶	くたくたうどん きゅうりにんじん
08木	ご飯 みそ汁(切干・かぼちゃ) 鮭のコーンマヨネーズ焼き ビーフンと野菜のソテー パイナップル	ご飯 みそ汁(切干・かぼちゃ) 鮭の塩焼き ビーフンと野菜のソテー	全粥 野菜スープ 白身魚の青菜煮 人参の煮物	つぶし粥 野菜スープ 白身魚 かぼちゃ
09金	ごはん、カツカレーライス ほうじ茶 せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり) ミントマト	全粥 野菜スープ 鶏のミルク煮	全粥 野菜スープ 鶏のミルク煮	つぶし粥 野菜スープ じゃがいも キャベツ
10土	おにぎり、野菜ジュース	おにぎり、野菜ジュース	おにぎり、野菜ジュース	おにぎり、野菜ジュース
12月	御飯 豆腐スープ(わかめ) 鶏肉のカレー揚げ ブロッコリーのマヨネーズ和え ヨーグルト	全粥 豆腐スープ(わかめ) 鶏肉のから揚げ ブロッコリーのマヨネーズ和え	全粥 豆腐スープ(わかめ) 温野菜	つぶし粥 豆腐スープ(わかめ) ブロッコリー にんじん
13火	御飯 みそ汁(生揚げ・大根) ほっけの塩焼き 切干大根とさつま揚げの煮物 キウイフルーツ	全粥 味噌汁 ホッケの塩焼き 切り干し大根の煮物	全粥 野菜スープ 白身魚と野菜の煮付け	全粥 野菜スープ 白身魚 だいこん
14水	ミートスパゲティータ タージュ コールスローサラダ パナナ	ミートスパゲティータ タージュ コールスローサラダ	鶏ミートスパゲティータ 野菜スープ	つぶし粥 野菜スープ キャベツ にんじん
15木	御飯 たまごスープ(キャベツ) ハンバーグ オニオンリング オレンジ	御飯 たまごスープ(キャベツ) ハンバーグ オニオンリング	全粥 野菜スープ 豆腐と野菜の煮物	つぶし粥 野菜スープ キャベツ にんじん

虹の丘保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
16金	御飯 ほうじ茶 クリームシチュー(鶏肉) ポイルブ ロッコリー トマト	軟飯 ほうじ茶 クリームシチュー(鶏肉) ポイルブ ロッコリー	軟飯 ほうじ茶 クリームシチュー(鶏肉) ポイルブ ロッコリー	つぶし粥 野菜スープ ほうれん草 にんじん
17土	ご飯 みそ汁(しじみ) 豆腐のそぼろみそかけ もやしの彩り和え もも缶	軟飯 みそ汁(しじみ) 豆腐のそぼろみそかけ もやしの彩り和え	ぜんかゆ みそ汁 豆腐のそぼろみそかけ	きな粉粥 野菜スープ 豆腐 にんじん
19月	御飯 わかめ汁 豚肉のしょうが焼き だいこんサラダ キウイフルーツ	全粥 わかめ汁 豚肉のしょうが焼き だいこんサラダ	全粥 野菜スープ 大根のそぼろあんかけ	つぶし粥 野菜スープ 大根 にんじん
20火	御飯 みそ汁(キャベツ) たらとのさっぱり甘酢ソース アスパラの和え物 もも缶	軟飯 みそ汁(キャベツ) たらとのさっぱり甘酢ソース アスパラの和え物	全粥 野菜スープ たらとの野菜の煮物	つぶし粥 野菜スープ たら にんじん
21水	八戸ラーメン ブロッコリーのごま酢和え ほうじ茶 パナナ	ほうとうどん ブロッコリーのごま酢和え ほうじ茶	ほうとうどん ブロッコリーのごま酢和え ほうじ茶	くたくたうどん ほうじ茶 ブロッコリー ほうれん草
22木	御飯 みそ汁(わかめ・もやし) 揚げだし豆腐(みぞれ煮) さつま芋の甘煮 グレープフルーツ	全粥 みそ汁(わかめ・もやし) 揚げだし豆腐(みぞれ煮) さつま芋の甘煮	芋粥 野菜スープ 炒り豆腐	つぶし粥 野菜スープ 豆腐 さつまいも
23金	三色どんぶり みそ汁 せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり) たくあん りんご	三色どんぶり みそ汁 せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり)	お粥 野菜スープ 野菜あんかけ丼	つぶし粥 野菜スープ 豆腐 ほうれんそう
24土	御飯 みそ汁(さつま芋・わかめ) カレイの煮つけ ベーコンと野菜のソテー みかん缶	軟飯 みそ汁(さつま芋・わかめ) カレイの煮つけ 野菜のソテー	お粥 みそ汁(さつま芋・わかめ) カレイの煮つけ 野菜のソテー	チーズ粥 野菜スープ さつまいも キャベツ
26月	御飯 みそ汁(ひじき・油揚げ) 肉じゃが(豚肉) いんげんとささみの胡麻ネーズ和え オレンジ	軟飯 みそ汁(ひじき・油揚げ) 肉じゃが(豚肉) いんげんとささみの胡麻ネーズ和え	全粥 野菜スープ 鶏じゃが	つぶし粥 野菜スープ じゃがいも にんじん
27火	御飯 中華スープ(ニラ玉) 野菜たっぷりマーボー きゅうりとコーンのサラダ もも缶	軟飯 中華スープ(ニラ玉) 野菜たっぷりマーボー きゅうりとコーンのサラダ	お粥 中華スープ 野菜たっぷり鶏肉マーボー	チーズ粥 野菜スープ じゃがいも 豆腐
28水	こいのぼりカレー ポトフ コールスローサラダ フルーツパンチ	軟飯 鶏のミルク煮 ポトフ コールスローサラダ	きな粉粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	きな粉粥 野菜スープ じゃがいも にんじん
30金	きのこうどん ほうれん草のしらす和え ほうじ茶 パイナップル	きのこうどん ほうれん草のしらす和え ほうじ茶	きのこうどん ほうれん草のしらす和え ほうじ茶	くたくたうどん ほうれん草 にんじん

