

献立表

2026年04月

完全給食

日付	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食開始期
01(水)	ごはん カレー・手作り きゅうりの昆布あえ	硬粥 だし煮(豆腐・じゃがいも) 豚肉とトマトの煮物	全粥 だし煮(豆腐・じゃがいも) 豚肉とトマトの煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)
02(木)	ごはん みそ汁(もやし・コーン) かんもどき ブロッコリーのおかか和え	硬粥 みそ風味のだし煮(豆腐・たまねぎ) ブロッコリーのあんかけ煮(しらす)	全粥 みそ風味のだし煮(豆腐・たまねぎ) ブロッコリーのあんかけ煮(しらす)	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(ブロッコリー・にんじん)
03(金)	ごはん みそ風味のだし煮(だいこん・さといも) 白身魚の野菜あんかけ(ほうれんそう)	硬粥 みそ風味のだし煮(だいこん・さといも) 白身魚の野菜あんかけ(ほうれんそう)	全粥 みそ風味のだし煮(だいこん・さといも) 白身魚の野菜あんかけ(ほうれんそう)	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(だいこん・キャベツ)
04(土)	ごはん 豚肉ともやしのとろみ煮(納豆) 煮りんご	硬粥 豚肉ともやしのとろみ煮(納豆) 煮りんご	全粥 豚肉ともやしのとろみ煮(納豆) 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・たまねぎ・にんじん)
06(月)	ごはん 豆乳汁(にんじん・たまねぎ・キャベツ) 鶏肉の野菜そぼろあんかけ(さやえんどう)	硬粥 豆乳汁(にんじん・たまねぎ・キャベツ) 鶏肉の野菜そぼろあんかけ(さやえんどう)	全粥 豆乳汁(にんじん・たまねぎ・キャベツ) 鶏肉の野菜そぼろあんかけ(さやえんどう)	10倍粥 豆乳汁(にんじん・たまねぎ・キャベツ)
07(火)	ごはん みそ汁(チンゲン菜・えのき) さわらと人参の煮物 ポテトサラダ(コーン)	硬粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・えのき) 白身魚とじゃがいものやわらか煮	全粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・えのき) 白身魚とじゃがいものやわらか煮	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(チンゲン菜・たまねぎ)
08(水)	ごはん だし煮(豆腐・だいこん) 豚肉ともやしのみそ煮	硬粥 だし煮(豆腐・だいこん) 豚肉ともやしのみそ煮	全粥 だし煮(豆腐・だいこん) 豚肉ともやしのみそ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ほうれんそう・だいこん)
09(木)	ごはん みそ汁(白菜・あげ) 魚とかぼちゃの甘酢和え ゆでスナップえんどう バナナ	硬粥 みそ風味のだし煮(はくさい・にんじん) 白身魚とかぼちゃの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(はくさい・にんじん) 白身魚とかぼちゃの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(にんじん・かぼちゃ)
10(金)	ごはん みそ汁(さつまいも・こまつな) 豚肉とたまねぎのソテー キャベツのゆかりあえ	硬粥 みそ風味のだし煮(さつまいも・こまつな) 鶏そぼろとキャベツのくたくた煮	全粥 みそ風味のだし煮(さつまいも・こまつな) 鶏そぼろとキャベツのくたくた煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(さつまいも・こまつな)
11(土)	豚丼 ブロッコリーサラダ・いちご チーズ(キャンディー) 野菜ジュース	豚丼 ブロッコリーサラダ・いちご チーズ(キャンディー) 野菜ジュース	豚丼 ブロッコリーサラダ・いちご チーズ(キャンディー) 野菜ジュース	豚丼 ブロッコリーサラダ・いちご チーズ(キャンディー) 野菜ジュース
13(月)	ごはん すまし汁(たまねぎ・わかめ) 鶏肉のマーマレード煮 蒸し野菜(キャベツ・ブロッコリー) バナナ	硬粥 だし煮(豆腐・たまねぎ) くたくたキャベツのそぼろあんかけ	全粥 だし煮(豆腐・たまねぎ) くたくたキャベツのそぼろあんかけ	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
14(火)	ごはん ふりかけ・じゃこ(ねぎ) 豆腐みそ汁(もやし・あげ) 肉じゃが・カレー味(豚肉) きゅうりの酢の物(みかん)	硬粥(しらす) みそ風味のだし煮(じゃがいも・もやし) 豚肉とこまつなの煮物	全粥(しらす) みそ風味のだし煮(じゃがいも・もやし) 豚肉とこまつなの煮物	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(じゃがいも・こまつな)
15(水)	ごはん みそ風味のだし煮(かぼちゃ・たまねぎ) 白身魚とほうれんそうのやわらか煮	硬粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・たまねぎ) 白身魚とほうれんそうのやわらか煮	全粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・たまねぎ) 白身魚とほうれんそうのやわらか煮	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ)
16(木)	ごはん みそ汁(チンゲン菜・わかめ) 炒り豆腐(ちくわひじき) さつまいものレモン煮	硬粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・さつまいも) 豆腐と野菜のしらすあんかけ煮(にんじん)	全粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・さつまいも) 豆腐と野菜のしらすあんかけ煮(にんじん)	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(チンゲン菜・さつまいも)
17(金)	ごはん みそ汁(じゃが芋・あげ) ハンバーグ(さば) コールスローサラダ	硬粥 みそ風味のだし煮(豆腐・じゃがいも) やわらかキャベツと豚肉の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(豆腐・じゃがいも) やわらかキャベツと豚肉の煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・たまねぎ)
18(土)	ごはん てりやき野菜丼・具 煮りんご	硬粥 鶏肉と豆腐の野菜あんかけ(もやし) 煮りんご	全粥 鶏肉と豆腐の野菜あんかけ(もやし) 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(にんじん・たまねぎ)
20(月)	ごはん 三色そぼろ丼(凍り豆腐)・具 みそ汁(だいこん・わかめ) ペイグトじゃが(あおのり)	硬粥 みそ風味のだし煮(だいこん・ほうれんそう) ふわふわ鶏団子と野菜の煮物(じゃがいも)	全粥 みそ風味のだし煮(だいこん・ほうれんそう) ふわふわ鶏団子と野菜の煮物(じゃがいも)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(だいこん・ほうれんそう)
21(火)	ごはん みそ風味のだし煮(キャベツ・えのき) 白身魚とスナップえんどうの煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(キャベツ・えのき) 白身魚とスナップえんどうの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(キャベツ・えのき) 白身魚とスナップえんどうの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(にんじん・こまつな)
22(水)	ごはん すまし汁(じゃがいも・わかめ) 厚揚げと豚肉のみそ煮 小松菜のしらす和え(キャベツ)	硬粥(しらす) だし煮(もやし・キャベツ) 豚肉とこまつなのみそ煮	全粥(しらす) だし煮(もやし・キャベツ) 豚肉とこまつなのみそ煮	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(こまつな・たまねぎ)
23(木)	ごはん みそ汁(チンゲン菜・えのき) 白身魚の煮つけ ひじきの煮物(にんじん) バナナ	硬粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・たまねぎ) 白身魚とさやえんどうのあんかけ煮	全粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・たまねぎ) 白身魚とさやえんどうのあんかけ煮	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(チンゲン菜・たまねぎ)
24(金)	ごはん みそ風味のだし煮(かぼちゃ・にんじん) 鶏そぼろとブロッコリーのとろとろ煮(納豆)	硬粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・にんじん) 鶏そぼろとブロッコリーのとろとろ煮(納豆)	全粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・にんじん) 鶏そぼろとブロッコリーのとろとろ煮(納豆)	10倍粥 ペースト(納豆・かぼちゃ・ブロッコリー)
25(土)	ごはん 厚揚げの中華丼・具 煮りんご	硬粥 はくさいと豆腐のあんかけ(豚肉) 煮りんご	全粥 はくさいと豆腐のあんかけ(豚肉) 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(はくさい・にんじん)
27(月)	ごはん(しらす) みそ風味のだし煮(かぼちゃ・さやえんどう) 豆腐とトマトのあんかけ煮	硬粥(しらす) みそ風味のだし煮(かぼちゃ・さやえんどう) 豆腐とトマトのあんかけ煮	全粥(しらす) みそ風味のだし煮(かぼちゃ・さやえんどう) 豆腐とトマトのあんかけ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(トマト・たまねぎ)
28(火)	ごはん みそ汁(豆腐・あげ) 鶏レバーの甘辛煮 キャベツのコーン煮 さつまいものりんご煮	硬粥 みそ風味のだし煮(豆腐・もやし) 鶏ひき肉の野菜あんかけ煮(さつまいも)	全粥 みそ風味のだし煮(豆腐・もやし) 鶏ひき肉の野菜あんかけ煮(さつまいも)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(さつまいも・にんじん)
30(木)	ごはん はるさめのスープ ポークビーンズ ゆでスナップえんどう	硬粥 だし煮(チンゲン菜・たまねぎ) 豚肉とじゃがいものくずし煮(納豆)	全粥 だし煮(チンゲン菜・たまねぎ) 豚肉とじゃがいものくずし煮(納豆)	10倍粥 ペースト(納豆・チンゲン菜・たまねぎ)