

離乳食献立 2023年04月

日付	完了期	後期	中期	初期
01土	ごはん 豚丼・具 煮りんご	硬粥 豆腐の野菜そぼろあんかけ 煮りんご	全粥 豆腐の野菜そぼろあんかけ 煮りんご	10倍粥 すりつぶし(豆腐) 野菜のペースト(こまつな・にんじん)
03月	ごはん 野菜そぼろ煮(納豆) 煮りんご 	ごはん 野菜そぼろ煮(納豆) 煮りんご	全粥 野菜そぼろ煮(納豆) 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・こまつな・にんじん)
04火	ごはん おかず汁 さわらとキャベツの重ね蒸し にんじんとみかんのサラダ	硬粥 みそ風味のだし煮(なす・たまねぎ) 白身魚のキャベツあんかけ	全粥 みそ風味のだし煮(なす・たまねぎ) 白身魚のキャベツあんかけ	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
05水	ごはん すまし汁(だいこん・油あげ) 鶏納豆とかぼちゃのとりみ煮 ゆでスナッフえんどう	硬粥 だし煮(だいこん) 鶏納豆とかぼちゃのとりみ煮	全粥 だし煮(だいこん) 鶏納豆とかぼちゃのとりみ煮	10倍粥 ペースト(納豆・かぼちゃ・だいこん)
06木	ごはん だし煮(なばな) マーボー豆腐(たまねぎ) 煮りんご	硬粥 だし煮(なばな) 豆腐のそぼろあんかけ	全粥 だし煮(なばな) 豆腐のそぼろあんかけ	全粥 だし煮(なばな) 豆腐のそぼろあんかけ
07金	ごはん みそ汁(チンゲン菜・えのき) さけのサラダ 焼き ひじきの煮物(にんじん)	硬粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜) 白身魚と人参の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜) 白身魚と人参の煮物	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土	ごはん カレーライス・具 ビクルス いちご	硬粥 鶏団子と野菜の煮物 ゆで野菜(だいこん)	全粥 鶏団子と野菜の煮物 ゆで野菜(だいこん)	10倍粥 すりつぶし(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)
10月	ごはん みそ風味のだし煮(かぼちゃ) 鶏肉と豆腐のとりみ煮	硬粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ) 鶏肉と豆腐のとりみ煮	全粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ) 鶏肉と豆腐のとりみ煮	10倍粥 すりつぶし(豆腐) 野菜のペースト(かぼちゃ・こまつな)
11火	ごはん 蒸しさわらのあんかけ 野菜と納豆みそ風味煮(キャベツ) ゆで野菜(きゅうり)	硬粥 蒸しさわらのあんかけ 野菜と納豆みそ風味煮(キャベツ)	全粥 蒸しさわらのあんかけ 野菜と納豆みそ風味煮(キャベツ)	10倍粥 ペースト(納豆・キャベツ・にんじん)
12水	ごはん みそ汁(じゃが芋・チンゲン菜) 鶏豆腐団子の蒸し物 コールスローサラダ	硬粥 鶏豆腐団子の蒸し物 じゃがいものとりみ煮	全粥 鶏豆腐団子の蒸し物 じゃがいものとりみ煮	10倍粥 すりつぶし(豆腐) 野菜のペースト(チンゲン菜・じゃがいも)
13木	ごはん 豆腐の野菜あんかけ(鶏) さつま芋煮物 ゆでスナッフえんどう	硬粥 豆腐の野菜あんかけ(鶏) さつま芋煮物	全粥 豆腐の野菜あんかけ(鶏) さつま芋煮物	10倍粥 すりつぶし(豆腐) 野菜のペースト(にんじん・たまねぎ)
14金	ごはん だし煮(じゃがいも) 白身魚のおろし煮	硬粥 だし煮(じゃがいも) 白身魚のおろし煮	全粥 だし煮(じゃがいも) 白身魚のおろし煮	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)

虹の丘保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
15土	ごはん 豆腐の野菜そぼろあんかけ 煮りんご	硬粥 豆腐の野菜そぼろあんかけ 煮りんご	全粥 豆腐の野菜そぼろあんかけ 煮りんご	10倍粥 すりつぶし(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
17月	ごはん 三色そぼろ丼(凍り豆腐)・具 みそ汁(じゃがいも・たまねぎ) かぼちゃのだし浸し	硬粥 だし煮(かぼちゃ・じゃがいも) 鶏ひき肉と納豆のとりみ煮	全粥 だし煮(かぼちゃ・じゃがいも) 鶏ひき肉と納豆のとりみ煮	10倍粥 ペースト(納豆・かぼちゃ・じゃがいも)
18火	ごはん 白身魚とキャベツのみそ風味煮 さつまいもとにんじんの甘煮	硬粥 白身魚とキャベツのみそ風味煮 さつまいもとにんじんの甘煮	全粥 白身魚とキャベツのみそ風味煮 さつまいもとにんじんの甘煮	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(さつまいも・にんじん)
19水	ごはん みそ汁(だいこん・厚揚げ) 鶏肉と豆腐のとりみ煮 	硬粥 だし煮(だいこん) 鶏肉と豆腐のとりみ煮	全粥 だし煮(だいこん) 鶏肉と豆腐のとりみ煮	10倍粥 すりつぶし(豆腐) 野菜のペースト(ブロッコリー・たまねぎ)
20木	ごはん 豆乳煮(じゃがいも・たまねぎ・にんじん) かじきのケチャップあえ ゆでキャベツ 煮りんご	硬粥 豆乳煮(じゃがいも・たまねぎ・にんじん) かじきとキャベツの煮物	全粥 豆乳煮(じゃがいも・たまねぎ・にんじん) かじきとキャベツの煮物	10倍粥 豆乳煮(じゃがいも・たまねぎ・にんじん)
21金	ごはん みそ汁(なす・玉ねぎ) 豆腐の五目焼き チンゲン菜のとりみ炒め(えのき)	硬粥 みそ風味のだし煮(なす) 鶏豆腐団子の野菜あんかけ(チンゲン菜)	全粥 みそ風味のだし煮(なす) 鶏豆腐団子の野菜あんかけ(チンゲン菜)	10倍粥 すりつぶし(豆腐) 野菜のペースト(チンゲン菜・さつまいも)
22土	ごはん カレー風味のトマトライス・具 煮りんご	硬粥 鶏肉と納豆のとりみ煮 煮りんご	全粥 鶏肉と納豆のとりみ煮 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・じゃがいも・にんじん)
24月	ごはん 豆腐みそ汁(あげ) 肉じゃが(豚肉) 小松菜のしらすサラダ(キャベツ) 煮りんご	硬粥 みそ風味のだし煮(豆腐) 肉じゃが(鶏)	全粥 みそ風味のだし煮(豆腐) 肉じゃが(鶏)	10倍粥 すりつぶし(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・こまつな)
25火	ごはん みそ汁(切干しだいこん・玉ねぎ) 納豆のおとし揚げ もやしのツナ酢あえ ゆでスナッフえんどう 	硬粥 だし煮(たまねぎ) 納豆と野菜のとりみ煮	全粥 だし煮(たまねぎ) 納豆と野菜のとりみ煮	10倍粥 ペースト(納豆・たまねぎ・にんじん)
26水	ごはん だし煮(たまねぎ) 白身魚のおろし煮	硬粥 だし煮(たまねぎ) 白身魚のおろし煮	全粥 だし煮(たまねぎ) 白身魚のおろし煮	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(たまねぎ・ブロッコリー)
27木	ごはん はるさめスープ(チンゲン菜) 厚揚げのケチャップ煮 きゅうりの昆布あえ いちご	硬粥 だし煮(チンゲン菜) 豆腐の野菜そぼろあんかけ	全粥 だし煮(チンゲン菜) 豆腐の野菜そぼろあんかけ	10倍粥 すりつぶし(豆腐) 野菜のペースト(チンゲン菜・にんじん)
28金	おにぎり、からあげ、卵焼き、ウインナー、ブロッコリー、チーズ	おにぎり、からあげ、卵焼き、ウインナー、ブロッコリー、チーズ	おにぎり、からあげ、卵焼き、ウインナー、ブロッコリー、チーズ	おにぎり、からあげ、卵焼き、ウインナー、ブロッコリー、チーズ