

2022年度

4月 離乳食献立表 同胞こども園



日	曜	5・6ヶ月ごろ	7・8ヶ月ごろ	9～11ヶ月ごろ	使用食材	おやつ
1	金	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	あんかけごはん サラダ	あんかけごはん サラダ	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜 トマト (トマトピューレ 小麦粉 マーガリン ジャコ)	ホットケーキ
2	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	具入りごはん	具入りごはん	鶏肉 玉ねぎ 人参 ピーマン	赤ちゃんせんべい ビスケット
4	月	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉と野菜のみそ煮 スープ	鶏肉 玉ねぎ 人参 もやし わかめ (みそ)	ポテトもち
5	火	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	パンがゆ スープ サラダ	ロールパン シチュー サラダ	食パン 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜 人参 (ロールパン 小麦粉 マーガリン 牛乳 マヨネ)	おかかごはん
6	水	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	白身魚の煮物 けんちん汁風	白身魚の煮物 けんちん汁風	白身魚 鶏肉 豆腐 里芋 大根 人参 ねぎ	シュガートースト
7	木	こしがゆ(おもゆ) さつまいものペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉と野菜のトマト煮 豆乳スープ	鶏肉 さつまいも 玉ねぎ 人参 (トマトジュース 豆乳)	フルーツ和え 赤ちゃんせんべい
8	金	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	あんかけごはん 野菜の和え物	マーボーどんぶり 野菜の和え物	鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ 胡瓜 人参 もやし (みそ)	赤ちゃんせんべい ビスケット
9	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	具入りうどん	具入りうどん	鶏肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし	赤ちゃんせんべい ビスケット
11	月	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	具沢山汁 野菜の和え物	具沢山汁 野菜のゆかり和え	鶏肉 じゃがいも 大根 人参 玉ねぎ ねぎ キャベツ 胡瓜 (ゆかり)	赤ちゃんせんべい ビスケット
12	火	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	鶏肉と野菜の煮物 胡瓜の和え物	鶏肉と野菜のみそ煮 胡瓜のジャコ和え	鶏肉 胡瓜 玉ねぎ 人参 わかめ (ジャコ みそ)	食パン
13	水	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	スパゲティー煮 ポテトサラダ	スパゲティー煮 ポテトサラダ	鶏肉 スパゲティー じゃがいも 玉ねぎ ピーマン 胡瓜 人参 (トマトジュース マヨネ)	とんどぼろごはん
14	木	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	鶏肉と野菜の煮物 大豆煮	鶏バーグ 大豆入りひじき煮 春雨スープ	鶏肉 大豆 玉ねぎ 人参 白菜 (春雨 ひじき みそ)	バナナ 赤ちゃんせんべい
15	金	こしがゆ(おもゆ) さつまいものペースト	具入りごはん 白身魚と野菜の煮物	具入りごはん 白身魚と野菜のみそ煮	白身魚 さつまいも 玉ねぎ 人参 ねぎ (みそ)	お好み焼き風
16	土	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	おじや	おじや	鶏肉 ねぎ キャベツ	赤ちゃんせんべい ビスケット
18	月	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	あんかけごはん 胡瓜の和え物	あんかけごはん 胡瓜の和え物	鶏肉 白菜 人参 胡瓜	蒸しパン
19	火	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	白身魚と野菜の煮物 もつ煮	白身魚と野菜のみそ煮 もつ煮	白身魚 鶏肝臓 さつまいも 大根 人参 白菜 ねぎ (みそ)	ツナマヨトースト
20	水	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	具入りうどん 野菜の和え物	具入りうどん 野菜の和え物	うどん 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし ねぎ	わかめごはん
21	木	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	二色ごはん 清汁	二色ごはん 清汁	鶏肉 ほうれん草 ふ 大根 人参 ねぎ	オレンジ 赤ちゃんせんべい
22	金	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	あんかけごはん サラダ	あんかけごはん サラダ	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜 (マヨネ)	チーズクッキー
23	土	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	おかゆ 具沢山汁	軟飯 具沢山汁	鶏肉 豆腐 南瓜 人参 ねぎ	赤ちゃんせんべい ビスケット
25	月	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	あんかけごはん 具沢山汁	あんかけごはん 具沢山汁	鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ ねぎ 大根 (みそ)	赤ちゃんせんべい ビスケット
26	火	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	筑前煮風 納豆和え	筑前煮風 納豆和え	鶏肉 納豆 大根 人参 いんげん 小松菜 (ジャコ)	シュガートースト
27	水	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	白身魚と野菜の煮物 サラダ	白身魚と野菜のトマト煮 サラダ	白身魚 人参 胡瓜 キャベツ 玉ねぎ (ツナ トマトジュース マヨネ)	バナナケーキ
28	木	こしがゆ(おもゆ) 小松菜のペースト	鶏肉と野菜の煮物 野菜の和え物	鶏肉と野菜のみそ煮 小松菜と人参のジャコあえ	鶏肉 じゃがいも 小松菜 人参 玉ねぎ ねぎ (ジャコ みそ)	赤ちゃんせんべい ビスケット
29	金	昭和の日				
30	土	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	パンがゆ スープ	食パン スープ	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 フロッキー (チーズ)	赤ちゃんせんべい ビスケット

※7・8はおかゆ、9～11は軟飯が主食です おやつは後期のみです。

赤ちゃんせんべい・ビスケットは市販の離乳食用のおかしです。その日によっていろいろ種類が変わります。

7・8はこんぶ、9～11はかつお節を使用して出汁をとっています。9～11は、味付けにしょうゆ・砂糖を使っています。

その他の味付けをする場合は献立表にのせています。

()は9～11のみの食材です。※月齢で異なる時もあります。

食材の状況により変更する場合があります。

