

日	完了期	後期	中期
1日 水	午前 牛乳 せんべい		
	午後 ハヤシライス 米、豚肉(肩ロース)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、ハヤシルウ 白菜とほうれん草のお浸し はくさい、ほうれんそう、かにかまぼこ、水、しょうゆ、砂糖、ほんだし バナナ	軟飯 米 ポトフ 豚肉(肩ロース)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、食塩 茹で野菜 はくさい、ほうれんそう、しょうゆ、砂糖	おかゆ 米 ポトフ ツナ水煮缶、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、食塩 茹で野菜 はくさい、ほうれんそう、しょうゆ、砂糖
2日 木	午前 牛乳 ビスケット		
	午後 タンメン 生中華めん、豚肉(もも)、にんじん、たけのこ(ゆで)、キャベツ、もやし、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油 粉ふき芋 じゃがいも、パセリ粉、食塩、こしょう オレンジ	タンメン風 生中華めん、豚肉(もも)、にんじん、キャベツ、もやし、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、ごま油 マッシュポテト じゃがいも、食塩	タンメン風 生中華めん、にんじん、キャベツ、もやし、ねぎ、水、しょうゆ、食塩 マッシュポテト じゃがいも、食塩
3日 金	午前 牛乳 おにぎり(昆布)		
	午後 ヨーグルト せんべい 御飯 米 鮭のマヨネーズ焼き さけ、食塩、こしょう、マヨネーズ、たまねぎ、コーン缶、バター 切干大根の煮付け 切り干しだいこん、にんじん、ちくわ、油揚げ、砂糖、本みりん、しょうゆ みそ汁(なめこ、小松菜) なめこ、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 米 鮭のマヨネーズ焼き さけ、食塩、マヨネーズ、たまねぎ、コーン缶、バター 切干大根の煮付け 切り干しだいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ みそ汁(なめこ、小松菜) なめこ、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 米 鮭ほくし さけ、食塩、バター 切干大根の煮付け 切り干しだいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ みそ汁(なめこ、小松菜) なめこ、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)
6日 月	午前 牛乳 サブレ		
	午後 御飯 米 豚肉のしょうが焼き 豚肉(ロース)、しょうが、酒、しょうゆ、たまねぎ、ピーマン、油 白菜の煮浸し はくさい、えのきたけ、にんじん、油揚げ、しょうゆ、みりん、砂糖、水、ほんだし みそ汁(じゃが芋、わかめ) じゃがいも、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 米 豚肉のしょうが焼き 豚肉(ロース)、酒、しょうゆ、たまねぎ、ピーマン、油 茹で野菜 はくさい、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(じゃが芋、わかめ) じゃがいも、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 米 ツナ煮 ツナ水煮缶、酒、しょうゆ、たまねぎ、ピーマン、油 茹で野菜 はくさい、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(じゃが芋、わかめ) じゃがいも、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)
7日 火	午前 牛乳 ビスケット		
	午後 ロールパン ロールパン 五目焼きそば 豚肉(もも・脂身付)、キャベツ、にんじん、緑豆もやし、ピーマン、油、おたふく焼きそばソース、食塩、白こしょう、あおのり、焼きそばめん ブロッコリーのごまあえ ブロッコリー、すりごま、しょうゆ かに豆腐汁 木綿豆腐、かにかまぼこ、ねぎ、中華スープ、酒、食塩、片栗粉 オレンジ	ロールパン ロールパン 五目焼きそば 豚肉(もも・脂身付)、キャベツ、にんじん、緑豆もやし、ピーマン、油、おたふく焼きそばソース、食塩、焼きそばめん ブロッコリーのごまあえ ブロッコリー、すりごま、しょうゆ 豆腐汁 木綿豆腐、ねぎ、水、酒、食塩、片栗粉	パン粥 ロールパン 五目焼きそば 豚肉(もも・脂身付)、キャベツ、にんじん、緑豆もやし、油、おたふく焼きそばソース、食塩、焼きそばめん 豆腐汁(ブロッコリー) 木綿豆腐、ブロッコリー、水、酒、食塩、片栗粉
8日 水	午前 牛乳 せんべい		
	午後 御飯 米 かじきの煮つけ かじき、しょうゆ、三温糖、しょうが マカロニサラダ マカロニ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、しょうゆ、こしょう みそ汁(油揚げ、青梗菜) 油揚げ、チンゲンサイ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 米 かじきの煮つけ かじき、しょうゆ、三温糖 マカロニと茹で野菜 マカロニ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、しょうゆ みそ汁(青梗菜) チンゲンサイ、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 米 かじきの煮つけ かじき、しょうゆ、三温糖 マカロニと茹で野菜 マカロニ、きゅうり、にんじん、しょうゆ みそ汁(青梗菜) チンゲンサイ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 フライドポテト		
	フレンチフライポテト(冷凍)、油、食塩、カレー粉		

2020年4月

離乳食献立表

日	完了期	後期	中期
9日 木	午前 牛乳 ビスケット		
	屋食 御飯 米 鶏肉のごまみそ焼 鶏もも肉、淡色みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま ひじきと大豆の炒り煮 ひじき、だいず水煮缶詰、にんじん、ちくわ、油、砂 糖、しょうゆ、みりん、水、ほんだし みそ汁(かぶ) かぶ、かぶ・葉、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだ し いちご	軟飯 米 鶏肉のごまみそ焼 鶏もも肉、淡色みそ、しょうゆ、砂糖、ごま ひじきと大豆の炒り煮 ひじき、だいず水煮缶詰、にんじん、油、 砂糖、しょうゆ、水 みそ汁(かぶ) かぶ、かぶ・葉、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 米 鶏肉ほぐし 鶏もも肉、淡色みそ、しょうゆ、砂糖 ひじきと大豆の炒り煮 ひじき、にんじん、油、砂糖、しょうゆ、水 みそ汁(かぶ) かぶ、かぶ・葉、水、米みそ(淡色辛みそ)
10日 金	午後 牛乳 まんじゅう		
	午前 ヨーグルト せんべい		
屋食	中華どんぶり 米、豚肉(もも)、しょうが、酒、はくさい、にんじん、 たけのこ、たまねぎ、しいたけ、砂糖、しょうゆ、食 塩、こしょう、コンソメ、うずら卵水煮缶、片栗粉 揚げぎょうざ ぎょうざ(冷凍)、油 にらの卵スープ にら、にんじん、水、中華だしの素、食塩、こしょう、 卵 オレンジ	中華どんぶり(軟飯) 米、豚肉(もも)、酒、はくさい、にんじん、た まねぎ、砂糖、しょうゆ、食塩、うずら卵水 煮缶、片栗粉 にらの卵スープ にら、にんじん、水、食塩、卵	おじや(卵) 米、卵、はくさい、にんじん、砂糖、しょう ゆ、食塩 にらのスープ にら、にんじん、水、食塩
午後 牛乳 コーンフレーク(ココア)			
13日 月	午前 牛乳 サブレ		
	屋食 御飯 米 チキンカレー 鶏もも肉(皮付き)、じゃがいも、たまねぎ、にんじ ん、油、カレールウ、ウスターソース、牛乳 フレンチサラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、食塩、マヨネーズ、 食塩、酢、砂糖 オレンジ	軟飯 米 ポトフ 鶏もも肉(皮付き)、じゃがいも、たまねぎ、 にんじん、油 茹で野菜 キャベツ、きゅうり、にんじん、食塩、マヨ ネーズ、食塩、砂糖	おかゆ 米 ポトフ 鶏もも肉(皮付き)、じゃがいも、たまねぎ、 にんじん、油 茹で野菜 キャベツ、きゅうり、にんじん、食塩、砂糖
午後 牛乳 蒸しパン(チーズ) ホットケーキミックス、卵、牛乳、砂糖、チーズ			
14日 火	午前 牛乳 ビスケット		
	屋食 わかめうどん ゆでうどん、豚肉(肩ロース・脂身なし)、にんじん、 しいたけ、ねぎ、わかめ(生)、水、しょうゆ、本みり ん、食塩、ほんだし ちくわ磯辺揚げ ちくわ、あおのり、小麦粉、水、油 三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、砂糖、 しょうゆ バナナ	煮込みうどん ゆでうどん、豚肉(肩ロース・脂身なし)、に んじん、ねぎ、水、しょうゆ、食塩 茹で野菜 ブロッコリー、にんじん、コーン缶、油、砂 糖、しょうゆ	煮込みうどん ゆでうどん、にんじん、ねぎ、水、しょうゆ、 食塩 茹で野菜 ブロッコリー、にんじん、砂糖、しょうゆ
午後 麦茶 おいなりさん 米、酢、砂糖、食塩、油揚げ、水、しょうゆ、砂糖、 みりん、ほんだし			
15日 水	午前 牛乳 せんべい		
	屋食 御飯 米 肉じゃが 豚肉(肩ロース)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、 しらたき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩 小松菜のおかか和え こまつな、にんじん、かつお節、砂糖、しょうゆ みそ汁(大根、えのき) だいこん、えのきたけ、水、米みそ(淡色辛みそ)、 ほんだし オレンジ	軟飯 米 肉じゃが 豚肉(肩ロース)、じゃがいも、にんじん、た まねぎ、油、しょうゆ、砂糖、食塩 小松菜のおかか和え こまつな、にんじん、かつお節、砂糖、しょ うゆ みそ汁(大根) だいこん、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 米 じゃがいも煮 じゃがいも、にんじん、たまねぎ、油、しょう ゆ、砂糖、食塩 小松菜のおかか和え こまつな、にんじん、かつお節、砂糖、しょ うゆ みそ汁(大根) だいこん、水、米みそ(淡色辛みそ)
午後 牛乳 ハムロールパン ロールパン、ハム、レタス、マヨネーズ			
16日 木	午前 牛乳 ビスケット		
	屋食 御飯 米 さわらの揚げ煮 さわら、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、みり ん、しょうゆ、砂糖 キャベツの胡麻ネーズ和え キャベツ、にんじん、ちくわ、すりごま、マヨネーズ、 しょうゆ みそ汁(もやし、わかめ) もやし、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、 ほんだし バナナ	軟飯 米 さわらの照焼 さわら、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖 キャベツの胡麻ネーズ和え キャベツ、にんじん、すりごま、マヨネー ズ、しょうゆ みそ汁(もやし、わかめ) もやし、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛 みそ)	おかゆ 米 さわらほぐし さわら、片栗粉、油、しょうゆ、砂糖 茹で野菜 キャベツ、にんじん、しょうゆ みそ汁(もやし、わかめ) もやし、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛 みそ)
午後 牛乳 マカロニきな粉あえ マカロニ、きな粉、砂糖			

2020年4月

離乳食献立表

日	完了期	後期	中期
17日 金	午前 ヨーグルト せんべい 御飯 米 マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、しょうが、砂糖、淡色みそ、しょうゆ、ごま油、片栗粉 春雨ときゅうりの酢の物 はるさめ、にんじん、きゅうり、コーン缶、しょうゆ、酢、砂糖、すりごま チンゲン菜のスープ チンゲンサイ、もやし、しめじ、ごま油、中華スープ、食塩 オレンジ	軟飯 米 マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、砂糖、淡色みそ、しょうゆ、ごま油、片栗粉 春雨と茹で野菜 はるさめ、にんじん、きゅうり、コーン缶、しょうゆ、砂糖、すりごま チンゲン菜のスープ チンゲンサイ、もやし、しめじ、ごま油、水、食塩	おかゆ 米 豆腐の野菜あんかけ 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、砂糖、淡色みそ、しょうゆ、片栗粉 春雨と茹で野菜 はるさめ、にんじん、きゅうり、しょうゆ、砂糖 チンゲン菜のスープ チンゲンサイ、もやし、水、食塩
	午後 牛乳 野菜かりんとう		
20日 月	午前 牛乳 サブレ 御飯 米 鶏の唐揚げ 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 大根の洋風炒め煮 だいこん、にんじん、ベーコン、にんにく、酒、しょうゆ、みりん、油、食塩、こしょう みそ汁(もやし、小松菜) もやし、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 米 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ、酒、片栗粉、油 大根煮 だいこん、にんじん、酒、しょうゆ、油、食塩 みそ汁(もやし、小松菜) もやし、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 米 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ、酒、片栗粉、油 大根煮 だいこん、にんじん、酒、しょうゆ、油、食塩 みそ汁(もやし、小松菜) もやし、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 フレンチトースト 食パン、卵、砂糖、牛乳、メープルシロップ		
21日 火	午前 牛乳 ビスケット ロールパン ロールパン ツナスパゲティ スパゲティ、ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、オリーブ油、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、食塩、こしょう ポイルブロッコリー ブロッコリー、しょうゆ 野菜スープ チンゲンサイ、カットわかめ、水、コンソメ、食塩 オレンジ	ロールパン ロールパン ツナスパゲティ スパゲティ、ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、しめじ、ピーマン、オリーブ油、ケチャップ、ウスターソース、食塩 ポイルブロッコリー ブロッコリー、しょうゆ 野菜スープ チンゲンサイ、カットわかめ、水、食塩	パン粥 ロールパン ツナスパゲティ スパゲティ、ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、ピーマン、オリーブ油、ケチャップ、食塩 ポイルブロッコリー ブロッコリー、しょうゆ 野菜スープ チンゲンサイ、カットわかめ、水、食塩
	午後 牛乳 きな粉おはぎ 米、もち米、水、きな粉、砂糖、食塩		
22日 水	午前 牛乳 せんべい 御飯 米 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、こしょう、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 茹で野菜サラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、食塩、油、酢、マヨネーズ ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、水、コンソメ、食塩 バナナ	軟飯 米 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、酒 茹で野菜サラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、食塩、油、マヨネーズ ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、水、食塩	おじや(卵) 米、卵、しょうゆ、食塩 茹で野菜サラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、食塩 ポテトスープ じゃがいも、たまねぎ、水、食塩
	午後 麦茶 ゼリーフライ		
23日 木	午前 牛乳 ビスケット 御飯 米 筑前煮 鶏もも肉、たけのこ(ゆで)、さといも、にんじん、ごぼう、れんこん、板こんにゃく、しいたけ、水、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、ほんだし 小松菜の和え物 こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 みそ汁(油揚げ・たまねぎ) 油揚げ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし いちご	軟飯 米 煮物 鶏もも肉、さといも、にんじん、水、しょうゆ、砂糖、酒 小松菜の和え物 こまつな、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 みそ汁(たまねぎ) たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	おかゆ 米 煮物 鶏もも肉、さといも、にんじん、水、しょうゆ、砂糖、酒 小松菜の和え物 こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(たまねぎ) たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)
	午後 牛乳 ふかし芋 じゃがいも、食塩		

2020年4月

離乳食献立表

日	完了期	後期	中期
24日 金	午前 ヨーグルト せんべい		
	わかめ御飯 米、炊き込みわかめ 白身魚のカレー天ぷら メルルーサ、食塩、こしょう、卵、小麦粉、カレー粉、 パセリ、水、油 ほうれん草のナムル ほうれんそう、もやし、にんじん、すりごま、食塩、ご ま油 豆腐みそ汁(なめこ) 木綿豆腐、なめこ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほん だし はっさく	軟飯 米 白身魚のソテー メルルーサ、食塩、小麦粉、油 ほうれん草のナムル ほうれんそう、もやし、にんじん、すりごま、 食塩、ごま油 豆腐みそ汁(なめこ) 木綿豆腐、なめこ、水、米みそ(淡色辛み そ)	おかゆ 米 白身魚のソテー メルルーサ、食塩、小麦粉、油 茹で野菜 ほうれんそう、もやし、にんじん、食塩 豆腐みそ汁(なめこ) 木綿豆腐、なめこ、水、米みそ(淡色辛み そ)
27日 月	午後 牛乳 ポップコーン		
	午前 牛乳 サブレ		
28日 火	御飯 米 さわらのしょうゆ焼き さわら、しょうゆ、酒 キャベツのおかか和え キャベツ、きゅうり、にんじん、かつお節、しょうゆ みそ汁(たまねぎ・小松菜) たまねぎ、こまつな、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほ んだし オレンジ	軟飯 米 さわらのしょうゆ焼き さわら、しょうゆ、酒 キャベツのおかか和え キャベツ、きゅうり、にんじん、かつお節、 しょうゆ みそ汁(たまねぎ・小松菜) たまねぎ、こまつな、水、米みそ(淡色辛み そ)	おかゆ 米 さわらほぐし さわら、しょうゆ、酒 キャベツのおかか和え キャベツ、きゅうり、にんじん、かつお節、 しょうゆ みそ汁(たまねぎ・小松菜) たまねぎ、こまつな、水、米みそ(淡色辛み そ)
	午後 麦茶 ヨーグルト クッキー		
30日 木	午前 牛乳 ビスケット		
	御飯 米 メンチカツ メンチカツ(冷凍) レタスのツナサラダ レタス、にんじん、ツナ油漬缶、油、酢、砂糖、食 塩、こしょう コーンスープ(たまねぎ) クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、バター、調 製豆乳、コンソメ、食塩 オレンジ	軟飯 米 ツナ煮 ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、しょう ゆ、食塩 コーンスープ(たまねぎ) クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、パ ター、調製豆乳、食塩	おかゆ 米 ツナ煮 ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、しょう ゆ、食塩 コーンスープ(たまねぎ) クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、パ ター、調製豆乳、食塩
午後 牛乳 ホットケーキ			
	油、ホットケーキ粉、卵、調製豆乳、干しぶどう、 メープルシロップ		

☆今月のひとこと☆

入園、新級、おめでとうございます。
たくさん遊び、たくさん食べて、心も体も大きくなりましょうね♪

