



2024年04月

離乳食献立表

予定

月齢	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食開始期
硬さ	歯ぐきでつぶせる	舌でつぶせる	トロトロ
目安	バナナくらい	絹ごし豆腐	ヨーグルト状
1日 月	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット ツナくす煮 ★タージュスープ煮 午後 (離) きな粉かゆ ポイルじゃがいも	7倍かゆ きざみキャロット ツナくす煮 ★タージュスープ煮 (離) きな粉かゆ ポイルじゃがいも	10倍かゆ 人参ペースト ★タージュスープ煮
2日 火	昼食 5倍かゆ (離) トマトジュレ ポイルきゅうり スープ煮(とうふ) 午後 (離) しらすかゆ(あおのり) ポイルじゃがいも	7倍かゆ (離) トマトジュレ きざみきゅうり スープ煮(とうふ) (離) しらすかゆ(あおのり) ポイルじゃがいも	10倍かゆ きゅうりペースト (離) トマトジュレ
3日 水	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット (離) 白身魚ほくし煮 スープ煮(豆腐) 午後 きな粉ヨーグルト ポイルきゅうり	7倍かゆ きざみキャロット (離) 白身魚ほくし煮 スープ煮(豆腐) きな粉ヨーグルト ポイルきゅうり	10倍かゆ ポイルきゅうり 人参ペースト
4日 木	昼食 5倍かゆ ポイル野菜(きゅうり・人参) 豆腐ココロコ煮 ★タージュスープ煮 午後 (離) しらすかゆ ヨーグルト	7倍かゆ きざみ野菜(きゅうり・人参) 豆腐くす煮 ★タージュスープ煮 (離) しらすかゆ ヨーグルト	10倍かゆ 人参ペースト ★タージュスープ煮
5日 金	昼食 5倍かゆ つぶし納豆 ポイルキャロット 玉葱★タージュスープ煮 午後 ささみかゆ ポイル野菜(じゃがいも・かぼちゃ)	7倍かゆ つぶし納豆 きざみキャロット 玉葱★タージュスープ煮 ささみかゆ ポイル野菜(じゃがいも・かぼちゃ)	10倍かゆ 人参ペースト 玉葱★タージュスープ煮
6日 土	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット スープ煮(とうふ) 午後 (離) あおのりかゆ ポイルさつまいも	7倍かゆ きざみキャロット スープ煮(とうふ) (離) あおのりかゆ ポイルさつまいも	10倍かゆ ポイルさつまいも 人参ペースト
8日 月	昼食 5倍かゆ ポイルブロッコリー (離) トマトジュレ ★タージュスープ煮 午後 (離) あおのりかゆ ヨーグルト	7倍かゆ きざみブロッコリー (離) トマトジュレ ★タージュスープ煮 (離) あおのりかゆ ヨーグルト	10倍かゆ ブロッコリーペースト ★タージュスープ煮
9日 火	昼食 5倍かゆ ポイル野菜(きゅうり・大根) しらすくす煮 ★タージュスープ煮 午後 ささみかゆ ポイルじゃがいも	7倍かゆ きざみ野菜(きゅうり・大根) しらすくす煮 ★タージュスープ煮 ささみかゆ ポイルじゃがいも	10倍かゆ きゅうりペースト ★タージュスープ煮
10日 水	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット ミルク煮(ささみ) 玉葱スープ煮 午後 (離) あおのりかゆ ポイルじゃがいも	7倍かゆ きざみキャロット ミルク煮(ささみ) 玉葱スープ煮 (離) あおのりかゆ ポイルじゃがいも	10倍かゆ ポイルじゃがいも 人参ペースト
11日 木	昼食 5倍かゆ ポイル野菜(だいこん・ブロッコリー) トマトと鶏挽肉くす煮 かぼちゃ★タージュスープ煮 午後 (離) あおのりかゆ ヨーグルト	7倍かゆ きざみ野菜(だいこん・ブロッコリー) トマトと鶏挽肉くす煮 かぼちゃ★タージュスープ煮 (離) あおのりかゆ ヨーグルト	10倍かゆ ブロッコリーペースト かぼちゃ★タージュスープ煮
12日 金	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット (離) 白身魚ほくし煮 豆腐スープ煮 午後 (離) あおのりかゆ ポイルさつまいも	7倍かゆ きざみキャロット (離) 白身魚ほくし煮 豆腐スープ煮 (離) あおのりかゆ ポイルさつまいも	10倍かゆ ポイルさつまいも 人参ペースト
13日 土	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット (離) トマトジュレ スープ煮(とうふ) 午後 しらすと小松菜かゆ ポイルじゃがいも	7倍かゆ きざみキャロット (離) トマトジュレ スープ煮(とうふ) しらすと小松菜かゆ ポイルじゃがいも	10倍かゆ 人参ペースト (離) トマトジュレ
15日 月	昼食 5倍かゆ つぶし納豆 ポイルキャロット くす煮(ツナ・こまつな) だしスープ 午後 (離) きな粉かゆ ポイルさつまいも	7倍かゆ つぶし納豆 きざみキャロット くす煮(ツナ・こまつな) だしスープ (離) きな粉かゆ ポイルさつまいも	10倍かゆ ポイルさつまいも 人参ペースト



2024年04月

離乳食献立表

予定

月齢	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食開始期
硬さ	歯ぐきでつぶせる	舌でつぶせる	トロトロ
目安	バナナくらい	絹ごし豆腐	ヨーグルト状
16日 火	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット (離) トマトとツナジュレ スープ煮(小松菜・とうふ) 午後 (離) きな粉かゆ ポイルじゃがいも	7倍かゆ きざみキャロット (離) トマトとツナジュレ スープ煮(小松菜・とうふ) (離) きな粉かゆ ポイルじゃがいも	10倍かゆ ポイルじゃがいも 人参ペースト
17日 水	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット くす煮(大根・しらす) ★タージュスープ煮 午後 ささみかゆ ポイルブロッコリー	7倍かゆ きざみキャロット くす煮(大根・しらす) ★タージュスープ煮 ささみかゆ ポイルブロッコリー	10倍かゆ 人参ペースト ★タージュスープ煮
18日 木	昼食 5倍かゆ ポイル野菜(ブロッコリー・にんじん) (離) 白身魚ミルク煮 大根スープ煮 午後 (離) あおのりかゆ ヨーグルト和え(じゃがいも)	5倍かゆ きざみ野菜(ブロッコリー・にんじん) (離) 白身魚ミルク煮 大根スープ煮 (離) あおのりかゆ ヨーグルト和え(じゃがいも)	10倍かゆ ブロッコリーペースト 人参ペースト
19日 金	昼食 5倍かゆ ポイル野菜(きゅうり・にんじん) (離) ささみミルク煮 ほうれん草スープ煮 午後 (離) あおのりかゆ ポイルじゃがいも	7倍かゆ きざみ野菜(きゅうり・にんじん) (離) ささみミルク煮 ほうれん草スープ煮 (離) あおのりかゆ ポイルじゃがいも	10倍かゆ 人参ペースト きゅうりペースト
20日 土	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット 豆腐とツナくす煮 だしスープ 午後 (離) あおのりかゆ ヨーグルト和え(じゃがいも)	7倍かゆ きざみキャロット 豆腐とツナくす煮 だしスープ (離) あおのりかゆ ヨーグルト和え(じゃがいも)	10倍かゆ 人参ペースト じゃがいもペースト
22日 月	昼食 5倍かゆ ポイルじゃがいも ほうれん草としらすくす煮 ミルクスープ煮 午後 ささみかゆ ポイルきゅうり	7倍かゆ きざみじゃがいも ほうれん草としらすくす煮 ミルクスープ煮 ささみかゆ ポイルきゅうり	10倍かゆ きゅうりペースト じゃがいもペースト
23日 火	昼食 5倍かゆ つぶし納豆 ポイルキャロット ほうれん草とツナくす煮 ミルクスープ煮 午後 (離) しらすかゆ ポイルじゃがいも	7倍かゆ つぶし納豆 きざみキャロット ほうれん草とツナくす煮 ミルクスープ煮 (離) しらすかゆ ポイルじゃがいも	10倍かゆ 人参ペースト じゃがいもペースト
24日 水	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット 豆腐とツナくす煮 南瓜★タージュスープ煮 午後 ささみかゆ ポイルじゃがいも	7倍かゆ きざみキャロット 豆腐とツナくす煮 南瓜★タージュスープ煮 ささみかゆ ポイルじゃがいも	10倍かゆ 人参ペースト 南瓜★タージュスープ煮
25日 木	昼食 5倍かゆ (離) 白身魚ほくし煮 ポイルブロッコリー ★タージュスープ煮 午後 しらすとあおのりかゆ ヨーグルト	7倍かゆ (離) 白身魚ほくし煮 きざみブロッコリー ★タージュスープ煮 しらすとあおのりかゆ ヨーグルト	10倍かゆ (離) 白身魚ペースト ブロッコリーペースト ★タージュスープ煮
26日 金	昼食 5倍かゆ ポイル野菜(きゅうり・にんじん) (離) 白身魚ミルク煮 トマトスープ煮 午後 (離) きな粉かゆ ポイルさつまいも	7倍かゆ きざみ野菜(きゅうり・にんじん) (離) 白身魚ミルク煮 トマトスープ煮 (離) きな粉かゆ ポイルさつまいも	10倍かゆ (離) 白身魚ペースト 人参ペースト きゅうりペースト
27日 土	昼食 5倍かゆ ポイルキャロット ミルク煮(ささみ・ほうれん草) だしスープ 午後 (離) あおのりかゆ ヨーグルト和え(さつまいも)	7倍かゆ きざみキャロット ミルク煮(ささみ・ほうれん草) だしスープ (離) あおのりかゆ ヨーグルト和え(さつまいも)	10倍かゆ 人参ペースト さつまいもペースト ヨーグルト
29日 月	♪ 昭和の日 ♪		
30日 火	昼食 5倍かゆ ポイル野菜(きゅうり・にんじん) (離) トマトジュレ スープ煮(豆腐) 午後 小松菜としらすかゆ ポイルじゃがいも	7倍かゆ きざみ野菜(きゅうり・にんじん) (離) トマトジュレ スープ煮(豆腐) 小松菜としらすかゆ ポイルじゃがいも	10倍かゆ 豆腐ペースト 人参ペースト きゅうりペースト

☆保育園の行事や食材の状況により変更する場合があります。
☆お子さんの月齢や発達に合わせて使用食材や調理形態を変えていきます。

食事予定日数 25日