

# 2021年 4月献立表 (離乳食)

日曜	午前食	主な材料	午後食 ( )内は、主な材料です。	日曜	午前食	主な材料	午後食 ( )内は、主な材料です。
1 木	軟飯 ツナじゃが ほうれん草の煮浸し	米 ツナ じゃがいも 玉ねぎ 人参 ほうれん草	りんごかん (りんごジュース 寒天)	16 金	軟飯 さつまいものトマト煮 ブロッコリーのおかか和え	米 鶏肉 さつまいも トマト 玉ねぎ ブロッコリー かつおぶし	カレー風味マカロニ (マカロニ ツナ 玉ねぎ 人参 カレー粉 三度豆)
2 金	軟飯 さつまいものトマト煮 ブロッコリーのおかか和え	米 鶏肉 さつまいも トマト 玉ねぎ ブロッコリー かつおぶし	蒸しパン (ホットケーキミックス)	17 土	軟飯 赤ちゃんマーボー チンゲン菜のスープ	米 豆腐 人参 玉ねぎ しいたけ チンゲン菜	赤ちゃんミルクわらび餅 (粉ミルク 片栗粉)
3 土	軟飯 赤ちゃんマーボー チンゲン菜のスープ	米 豆腐 人参 玉ねぎ しいたけ チンゲン菜	かぼちやの茶巾しぼり (かぼちや)	19 月	軟飯 魚のおろしあんかけ 三度豆のやわらか煮	米 白身魚 大根 三度豆 人参	苺蒸しパン (ホットケーキミックス 苺ジャム)
5 月	軟飯 魚のおろしあんかけ 三度豆のやわらか煮	米 白身魚 大根 三度豆 人参	トマトスパゲティ (スパゲティ ツナ トマト 玉ねぎ ブロッコリー)	20 火	軟飯 ツナとキャベツのうま煮 のりポテト	米 ツナ キャベツ 人参 ブロッコリー じゃがいも 青ねぎ	じゃこトースト (パン しらす干し)
6 火	軟飯 ツナとキャベツのうま煮 のりポテト	米 ツナ キャベツ 人参 ブロッコリー じゃがいも 青ねぎ	トマトかん (トマト 寒天)	21 水	軟飯 魚の野菜あんかけ さつまいものレモン煮	米 白身魚 キャベツ 人参 玉ねぎ さつまいも レモン果汁	そぼろごはん (米 鶏肉 三度豆)
7 水	軟飯 魚の野菜あんかけ さつまいものレモン煮	米 白身魚 キャベツ 人参 玉ねぎ さつまいも レモン果汁	かつおごはん (米 かつおぶし)	22 木	軟飯 かぼちやのそぼろあんかけ ほうれん草の磯辺和え	米 鶏肉 かぼちや 玉ねぎ ほうれん草 のり	マカロニきな粉 (マカロニ きな粉)
8 木	軟飯 かぼちやのそぼろあんかけ ほうれん草の磯辺和え	米 鶏肉 かぼちや 玉ねぎ ほうれん草 のり	ミルクかん (粉ミルク 寒天)	23 金	軟飯 高野豆腐の含め煮 小松菜の煮浸し	米 鶏肉 高野豆腐 しいたけ 人参 小松菜	いもようかん (さつまいも 寒天)
9 金	軟飯 魚のみそ煮 しる菜の煮浸し	米 白身魚 三度豆 しる菜 人参	煮込みうどん (うどん 鶏肉 しいたけ 人参 白菜)	24 土	軟飯 ツナと白菜のクリーム煮 トマトスープ	米 ツナ 白菜 玉ねぎ 人参 粉ミルク トマト	かぼちやのお焼き (かぼちや 片栗粉)
10 土	軟飯 ツナと白菜のクリーム煮 トマトスープ	米 ツナ 白菜 玉ねぎ 人参 粉ミルク トマト	きのこリゾット (米 しいたけ 人参 玉ねぎ マッシュルーム)	26 月	軟飯 豆腐のみそ煮 人参スティック	米 豆腐 玉ねぎ ブロッコリー 人参	みぞれにゆうめん (そうめん 鶏肉 大根 人参 しめじ)
12 月	軟飯 豆腐のみそ煮 人参スティック	米 豆腐 玉ねぎ ブロッコリー 人参	じゃがいものお焼き (じゃがいも 片栗粉)	27 火	軟飯 大根のそぼろ煮 粉ふきいも	米 鶏肉 大根 人参 しめじ じゃがいも	ジャムロール (パン 苺ジャム)
13 火	軟飯 大根のそぼろ煮 粉ふきいも	米 鶏肉 大根 人参 しめじ じゃがいも	ふかしいも (さつまいも)	28 水	軟飯 じゃがいものカレーそぼろ煮 二色サラダ	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ カレー粉 キャベツ 人参	ほうれん草としらすのごはん (米 しらす干し ほうれん草)
14 水	軟飯 じゃがいものカレーそぼろ煮 二色サラダ	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ カレー粉 キャベツ 人参	ツナみそ風味ごはん (米 ツナ 三度豆)	30 金	軟飯 魚のみそ煮 しる菜の煮浸し	米 白身魚 三度豆 しる菜 人参	野菜蒸しパン (ホットケーキミックス ブロッコリー 人参)
15 木	軟飯 ツナじゃが ほうれん草の煮浸し	米 ツナ じゃがいも 玉ねぎ 人参 ほうれん草	スイートポテト (さつまいも)				

★この献立は後期食を基準に作成しています。お子様の成長に合わせて 食材・調理形態などを調整いたしますので、クラス担任にご相談ください。

★後期食については、午前食に果物がついています。

★調味料は記載していませんが、中期食より使用しています。