## 2023年 4月献立表(離乳食)

B	曜	午前食	主な材料	<b>おやつ</b> ()内は、主な材料です。	B	曜	午前食	主な材料	<b>おやつ</b> ()内は、主な材料です。
1	H	軟飯 煮豆腐 わかめスープ	米 豆腐 白菜 人参 わかめ しめじ	りんごかん (りんごジュース 寒天)	15	±	軟飯 煮豆腐 わかめスープ	米 豆腐 白菜 人参 わかめ しめじ	かぼちゃようかん (かぼちゃ)
3	月	軟飯 鶏じゃが 小松菜の磯辺和え	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 小松菜 のり	かぽちゃ蒸しパン (ホットケーキミックス かぽちゃ)	17	月	軟飯 鶏じゃが 小松菜の磯辺和え	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 小松菜 のり	マカロニきな粉 (マカロニ きな粉)
4		軟飯 煮魚 人参スティック	米 白身魚 キャベツ しめじ 三度豆 人参	焼きバナナ (バナナ)	18	火	軟飯 煮魚 人参スティック	米 白身魚 キャベツ しめじ 三度豆 人参	いもようかん (さつまいも 寒天)
5		軟飯 ポトフ 粉ふきいも	米 ツナ 玉ねぎ 人参 エリンギ ブロッコリー じゃがいも パセリ	りんごのコンポート (りんご)	19	水	軟飯 ポトフ 粉ふきいも	米 ツナ 玉ねぎ 人参 エリンギ ブロッコリー じゃがいも パセリ	小松菜としらすのごはん (米 小松菜 しらす干し)
6	枨	軟飯 魚のカレー風味煮 三度豆のやわらか煮	米 白身魚 玉ねぎ ほうれん草 三度豆 人参	かぼちゃのおやき (かぼちゃ)	20	木	軟飯 魚のカレー風味煮 三度豆のやわらか煮	米 白身魚 玉ねぎ ほうれん草 三度豆 人参	じゃがいものおやき (じゃがいも 青のり)
7	金	軟飯 かぼちゃと大根のそぼろ煮 白菜のおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 大根 白菜 かつおぶし	にゅうめん (そうめん 鶏肉 人参 しめじ 三度豆)	21	金	軟飯 かぼちゃと大根のそぼろ煮 白菜のおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 大根 白菜 かつおぶし	野菜蒸しパン (ホットケーキミックス ブロッコリー 人参)
8	±	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 レタスのスープ	米 鶏肉 高野豆腐 三度豆 しめじ レタス 玉ねぎ 人参	わかめごはん (米 わかめ)	22	±	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 レタスのスープ	米 鶏肉 高野豆腐 三度豆 しめじ レタス 玉ねぎ 人参	かぼちゃの茶巾絞り (かぼちゃ)
10	月	軟飯 豆腐のみそ煮 小松菜の煮浸し	米 豆腐 しいたけ 人参 三度豆 小松菜 えのき	トマトリゾット (米 鶏肉 トマト しめじ 玉ねぎ グリンピース)	24	月	軟飯 豆腐のみそ煮 小松菜の煮浸し	米 豆腐 しいたけ 人参 三度豆 小松菜 えのき	煮込みうどん (うどん 鶏肉 人参 しめじ ほうれん草)
11	火	軟飯 かぽちゃの炊き合わせ ブロッコリーのやわらか煮	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ しめじ 三度豆 ブロッコリー	かつおごはん (米 かつおぶし)	25	火	軟飯 かぼちゃの炊き合わせ ブロッコリーのやわらか煮	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ しめじ 三度豆 ブロッコリー	じゃがいものそぼろ煮 (鶏肉 じゃがいも グリンピース)
12	水	軟飯 キャベツのトマト煮込み さつまいもスティック	米 ツナ キャベッ トマト 玉ねぎ 人参 パセリ さつまいも	苺蒸しパン (ホットケーキミックス 苺ジャム)	26	水	軟飯 キャベツのトマト煮込み さつまいもスティック	米 ツナ キャベッ トマト 玉ねぎ 人参 パセリ さつまいも	ジャムサンド (麦ロール 苺ジャム)
13	木	軟飯 じゃがいものカレー煮 キャベツのおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ かつおぶし	スイートポテト (さつまいも)	27	木	軟飯 じゃがいものカレー煮 キャベツのおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ かつおぶし	りんご蒸しパン (ホットケーキミックス りんご)
14	金	軟飯 魚のみそ煮 じゃがいもスティック	米 白身魚 キャベツ 人参 えのき じゃがいも 青のり	ミルクかん (粉ミルク 寒天)	28	金	軟飯 ツナと大根のうま煮 かぽちゃの煮もの	米 ツナ 大根 舞茸 人参 えのき かぼちゃ	スイートパンプキン (かぼちゃ)

- ★この献立は後期食を基準に作成しています。中期食は、後期食のメニューから刻んだり、味を薄めたり、潰したものを提供しています。 前期食は、アクの少ない野菜をペースト状にして提供しています。
- ★後期食から、おやつを提供しています。
- ★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。