



# 4月 離乳食 予定献立表



2024年

日	曜日	午前の食事			午後の食事			一日の主な食材
		主食	汁物	副菜	主食	汁物	副菜	
1	月	にゅうめん		大豆と野菜の煮物 かぶの煮物	おかゆ	みそ汁	ツナと野菜の煮物 じゃがいもスティック	そうめん 米 みそ だいこん きゅうり 大豆 ツナ じゃがいも かぶ 玉ねぎ にんじん キャベツ チンゲン菜
2	火	そうすい	すまし汁	ささ身と野菜のみそ煮 キャベツとにんじんの煮物	おかゆ	みそ汁	鮭と野菜の煮物 ブロッコリー	米 みそ にんじん チンゲン菜 鶏ささ身 鮭 きゅうり 片栗粉 玉ねぎ だいこん ブロッコリー キャベツ
3	水	おかゆ	みそ汁	白身魚と野菜の煮物 ほうれん草のだし煮	そうすい	すまし汁	豆腐と野菜のだし煮 さつまいもスティック	米 みそ ほうれん草 さつまいも きゅうり 白身魚 豆腐 かぶ 玉ねぎ にんじん キャベツ だいこん
4	木	おかゆ	みそ汁	そぼろのトマト煮 きゅうりのだし煮	おかゆ	すまし汁	しらすと野菜のみそ煮 にんじんスティック	米 みそ きゅうり トマト だいこん 鶏ひき肉 しらす干し キャベツ チンゲン菜 玉ねぎ にんじん 片栗粉
5	金	そうすい	すまし汁	ささ身の治部煮 小松菜の煮びたし	おかゆ	みそ汁	大豆と野菜の煮物 きゅうりスティック	米 みそ 小松菜 さつまいも きゅうり 鶏ささ身 水煮大豆 チンゲン菜 片栗粉 玉ねぎ にんじん だいこん キャベツ
6	土	おかゆ	すまし汁	鮭と野菜の煮物 かぶの煮物	おかゆ	みそ汁	豆腐と野菜の煮物 ブロッコリー	米 みそ キャベツ にんじん 鮭 豆腐 かぶ チンゲン菜 玉ねぎ きゅうり ブロッコリー だいこん
8	月	おかゆ	みそ汁	大豆と野菜の煮物 チンゲン菜のだし煮	そうすい	すまし汁	白身魚と野菜の煮物 じゃがいもスティック	米 みそ だいこん チンゲン菜 じゃがいも 大豆 白身魚 かぶ キャベツ 玉ねぎ にんじん ブロッコリー
9	火	煮込みうどん		豆腐と野菜の煮物 キャベツの煮物	おかゆ	すまし汁	そぼろと野菜のみそ煮 さつまいもスティック	米 うどん みそ キャベツ 片栗粉 だいこん 豆腐 鶏ひき肉 小松菜 さつまいも 玉ねぎ にんじん ブロッコリー
10	水	おかゆ	すまし汁	白身魚と野菜のみそ煮 小松菜の煮物	そうすい	みそ汁	ささ身と野菜の煮物 だいこんスティック	米 みそ 小松菜 にんじん 白身魚 鶏ささ身 片栗粉 小松菜 玉ねぎ キャベツ きゅうり かぶ だいこん
11	木	おかゆ	すまし汁	そぼろと野菜の煮物 かぼちゃの煮物	おかゆ	みそ汁	ツナと野菜の煮物 ブロッコリー	米 みそ かぼちゃ キャベツ 片栗粉 鶏ひき肉 ツナ ブロッコリー 玉ねぎ にんじん だいこん チンゲン菜
12	金	そうすい	みそ汁	鮭と野菜の煮物 ほうれん草の煮びたし	おかゆ	すまし汁	大豆と野菜の煮物 きゅうりスティック	米 みそ ほうれん草 きゅうり 鮭 大豆 かぶ チンゲン菜 だいこん 玉ねぎ にんじん キャベツ
13	土	おかゆ	みそ汁	ささ身と野菜の煮物 ブロッコリーの煮びたし	おかゆ	すまし汁	豆腐と野菜の煮物 にんじんスティック	米 みそ じゃがいも にんじん 鶏ささ身 豆腐 ブロッコリー 片栗粉 玉ねぎ きゅうり チンゲン菜 キャベツ
15	月	みそ煮込みうどん		そぼろと野菜の煮物 きゅうりのだし煮	おかゆ	すまし汁	しらすと野菜の煮物 ブロッコリー	うどん 米 みそ きゅうり ブロッコリー 鶏ひき肉 しらす干し 片栗粉 玉ねぎ にんじん かぶ チンゲン菜
16	火	おかゆ	みそ汁	大豆と野菜の煮物 小松菜のだし煮	そうすい	すまし汁	ささ身と野菜のみそ煮 じゃがいもスティック	米 みそ にんじん じゃがいも 大豆 鶏ささ身 キャベツ 片栗粉 玉ねぎ かぶ きゅうり 小松菜
17	水	おかゆ	すまし汁	豆腐と野菜のみそ煮 キャベツの煮物	おかゆ	みそ汁	鮭と野菜の煮物 にんじんスティック	米 みそ キャベツ にんじん 豆腐 鮭 玉ねぎ かぶ きゅうり 小松菜 だいこん ブロッコリー
18	木	おかゆ	みそ汁	白身魚と野菜の煮物 さつまいもの甘煮	おかゆ	すまし汁	大豆と野菜のみそ煮 ブロッコリー	米 みそ さつまいも ブロッコリー 白身魚 大豆 キャベツ 玉ねぎ にんじん きゅうり チンゲン菜
19	金	そうすい	みそ汁	ツナと野菜の煮物 ほうれん草とにんじんの煮物	おかゆ	すまし汁	豆腐と野菜の煮物 きゅうりスティック	米 みそ ほうれん草 きゅうり だいこん ツナ 豆腐 チンゲン菜 玉ねぎ にんじん キャベツ かぶ
20	土	おかゆ	すまし汁	そぼろと野菜の煮物 小松菜の煮びたし	おかゆ	みそ汁	鮭と野菜の煮物 だいこんスティック	米 みそ 小松菜 きゅうり かぶ 鶏ひき肉 鮭 片栗粉 チンゲン菜 玉ねぎ にんじん だいこん キャベツ
22	月	おかゆ	みそ汁	豆腐の野菜あんかけ チンゲン菜の煮物	そうすい	すまし汁	しらすと野菜の煮物 じゃがいもスティック	米 みそ キャベツ じゃがいも 豆腐 しらす干し 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 だいこん 小松菜 片栗粉
23	火	にゅうめん		ささ身と野菜の煮物 かぶの煮物	おかゆ	みそ汁	ツナと野菜の煮物 さつまいもスティック	そうめん 米 みそ だいこん きゅうり 鶏ささ身 ツナ さつまいも 片栗粉 かぶ 玉ねぎ にんじん キャベツ チンゲン菜
24	水	おかゆ	すまし汁	豆腐の野菜あんかけ だいこんとにんじんのだし煮	おかゆ	みそ汁	白身魚と野菜の煮物 ブロッコリー	米 みそ キャベツ にんじん 片栗粉 豆腐 白身魚 かぶ チンゲン菜 玉ねぎ きゅうり ブロッコリー だいこん
25	木	おかゆ	すまし汁	鮭と野菜のだし煮 かぼちゃの煮物	そうすい	みそ汁	大豆と野菜の煮物 にんじんスティック	米 みそ 玉ねぎ にんじん だいこん 鮭 大豆 じゃがいも 小松菜 きゅうり チンゲン菜 かぼちゃ
26	金	そうすい	みそ汁	ささ身の治部煮 キャベツとにんじんの煮物	おかゆ	すまし汁	しらすと野菜の煮物 だいこんスティック	米 みそ キャベツ だいこん 小松菜 鶏ささ身 しらす干し 片栗粉 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 きゅうり
27	土	おかゆ	みそ汁	白身魚と野菜の煮物 チンゲン菜の煮物	そうすい	すまし汁	そぼろと野菜の煮物 きゅうりスティック	米 みそ キャベツ きゅうり 片栗粉 白身魚 鶏ひき肉 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 だいこん 小松菜
30	火	おかゆ	すまし汁	豆腐と野菜のみそ煮 小松菜のだし煮	おかゆ	みそ汁	ツナと野菜の煮物 じゃがいもスティック	米 みそ キャベツ じゃがいも 豆腐 ツナ 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 だいこん 小松菜

※献立は、後期食になります。  
 ※初期、中期食は、月齢・段階により対応していきます。  
 ※都合により、献立が変更になる場合があります。