



# 4月 離乳食こんだてひょう

旭が丘保育園

日	曜	7か月から8か月頃	9か月から11か月頃	12か月から18か月頃
1	月	お粥 白身魚と野菜のくず煮 野菜スープ	軟飯 白身魚と野菜のくず煮 野菜スープ	白ごはん 白身魚と野菜の煮物 みそ汁
2	火	お粥 野菜の煮物 豆腐のすまし汁	軟飯 野菜の煮物 豆腐のすまし汁	白ごはん ツナサラダ 豆腐と野菜の汁もの
3	水	お粥 野菜スープ 刻み果物(加熱)	軟飯 野菜スープ 刻み果物	煮込みうどん 果物
4	木	お粥 さつまいもの煮物 野菜スープ	軟飯 さつまいもの煮物 野菜スープ	白ごはん さつまいもの煮物 野菜スープ
5	金	お粥 豆腐と野菜のくず煮 野菜スープ	軟飯 豆腐と野菜のくず煮 野菜スープ	白ごはん 炒り豆腐 春キャベツのスープ
6	土	お粥 野菜スープ 刻み果物(加熱)	軟飯 野菜スープ 刻み果物	白ごはん ツナカレー 果物
8	月	お粥 刻み果物(加熱) 野菜の煮物 豆腐のスープ	軟飯 野菜の煮物 豆腐のスープ 刻み果物	白ごはん マーボー豆腐 ほうれん草と卵の和え物 果物
9	火	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	軟飯 野菜の煮物 野菜スープ	白ごはん コールスローサラダ クリームシチュー
10	水	お粥 しらすと野菜の煮物 野菜スープ	軟飯 しらすと野菜の煮物 野菜スープ	白ごはん ポテトサラダ わかめスープ
11	木	お粥 豆腐のすまし汁 白身魚とじゃがいもの煮物	軟飯 豆腐のすまし汁 白身魚とじゃがいもの煮物	白ごはん 豆腐のすまし汁 白身魚とじゃがいもの煮物
12	金	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	軟飯 野菜の煮物 野菜スープ	白ごはん 八宝菜 みそ汁
13	土	お粥 豆腐と野菜のスープ	軟飯 豆腐と野菜のスープ	煮込みうどん 豆腐スープ
15	月	お粥 野菜スープ 刻み果物(加熱)	軟飯 野菜スープ 刻み果物	白ごはん ポークカレー フルーツポンチ
16	火	お粥 白身魚と野菜のくず煮 野菜汁	軟飯 白身魚と野菜のくず煮 野菜汁	白ごはん 白身魚と野菜の煮物 コーンスープ
17	水	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	軟飯 野菜の煮物 野菜スープ	白ごはん フレッシュサラダ 野菜汁
18	木	お粥 野菜の煮物 豆腐のすまし汁	軟飯 野菜の煮物 豆腐のすまし汁	白ごはん サラダステーキ 三色おひたし すまし汁
19	金	お粥 野菜の煮物 豆腐のすまし汁	軟飯 野菜の煮物 豆腐のすまし汁	白ごはん ミートボール 野菜の煮物 みそ汁
20	土	お粥 野菜汁 刻み果物(加熱)	軟飯 野菜汁 刻み果物	煮込みうどん 果物
22	月	お粥 野菜の煮物 野菜汁 刻み果物(加熱)	軟飯 野菜の煮物 野菜汁 刻み果物	白ごはん 春野菜の煮しめ みそ汁 果物
23	火	お粥 野菜の煮物 野菜汁	軟飯 野菜の煮物 野菜汁	白ごはん 豚肉と大豆の煮物 白菜と卵のスープ
24	水	煮込みうどん 野菜の煮物	煮込みうどん 野菜の煮物	煮込みうどん 野菜と卵のサラダ
25	木	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	軟飯 野菜の煮物 野菜スープ	白ごはん ジュリアンスープ ふわふわオムレツ ゆでブロッコリー
26	金	お粥 野菜の煮物 豆腐と野菜のスープ 刻み果物(加熱)	軟飯 野菜の煮物 豆腐と野菜のスープ 刻み果物	白ごはん ピビンバ みそ汁 果物
27	土	お粥 野菜スープ 刻み果物(加熱)	軟飯 野菜スープ 刻み果物	白ごはん ポークカレー フルーツポンチ
30	火	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	軟飯 野菜の煮物 野菜スープ	白ごはん 鶏肉の煮物 フレンチサラダ 春雨スープ
調理形態		舌でつぶせるかたさ 豆腐くらい	歯茎でつぶせるかたさ バナナくらい	歯茎でかめるかたさ 肉団子くらい

食材の都合により、メニューの変更もあります