



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	水	お粥 野菜スープ すりおろし果物	かた粥 野菜スープ フルーツ	軟飯 チキンカレー フルーツポンチ
2	木	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 ふわふわオムレツ ゆでブロッコリー ジュリアンスープ	軟飯 ふわふわオムレツ ゆでブロッコリー ジュリアンスープ
3	金	お粥 豆腐のくず煮 野菜スープ	かた粥 炒り豆腐 春キャベツのスープ	軟飯 ごまふりかけ 炒り豆腐 春キャベツのスープ
4	土	煮込みうどん	煮込みうどん	焼きそば 中華風スープ
6	月	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 筑前煮 みそ汁	軟飯 のりふりかけ 筑前煮 みそ汁
7	火	お粥 魚のくず煮 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 煮魚 じゃがいもの炒め煮 みそ汁	軟飯 白身フライ じゃがいものきんぴら炒め みそ汁
8	水	煮込みスパゲッティ 野菜の煮物	煮込みスパゲッティ コールスローサラダ	スパゲティミートソース コールスローサラダ
9	木	お粥 魚のくず煮 野菜スープ 野菜の煮物	かた粥 煮魚 野菜の煮物 みそ汁	軟飯 魚のフライ 切り昆布の炒め煮 みそ汁
10	金	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 ビビンバ フルーツ みそ汁	軟飯 ビビンバ フルーツ みそ汁
11	土	煮込みうどん すりおろし果物	肉うどん フルーツ	肉うどん 金時豆煮 フルーツ
13	月	お粥 ささみと野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 みそ汁 ミートボール 野菜のナムル	軟飯 みそ汁 ミートボール 野菜のナムル
14	火	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 さつまいもサラダ 野菜スープ	軟飯 ちゃんぽん さつまいもサラダ
15	水	お粥 野菜スープ すりおろし果物	かた粥 煮りんご入りフレンチサラダ 豚肉と野菜の炒め煮	軟飯 煮りんご入りフレンチサラダ ポークカレー
16	木	お粥 豆腐のくず煮 野菜スープ	かた粥 サラダステーキ 三色ひたし すまし汁	軟飯 サラダステーキ 三色ひたし すまし汁
17	金	お粥 フルーツ 豆腐のくず煮 野菜スープ	かた粥 豆腐とひき肉の炒め煮 菜の花和え フルーツ	軟飯 マーボー豆腐 菜の花和え フルーツ
18	土	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 豚肉と野菜の炒め煮 フルーツ	軟飯 ポークカレー フルーツポンチ
20	月	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 けんちん汁 肉じゃが フルーツ	軟飯 けんちん汁 肉じゃが フルーツ
21	火	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 野菜の煮物 コーンスープ	軟飯 かぼちゃコロッケ ポイル野菜 コーンスープ
22	水	煮込みうどん 野菜の煮物	煮込みうどん 卵サラダ	焼きそば 卵サラダ
23	木	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 千草焼き ブロッコリーおかか和え 春雨スープ	軟飯 千草焼き ブロッコリーおかか和え 春雨スープ
24	金	お粥 煮魚 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 みそ汁 いわしの味噌煮 野菜サラダ	軟飯 みそ汁 いわしの味噌煮 野菜サラダ
25	土	煮込みうどん 野菜の煮物	肉うどん フルーツ	肉うどん 金時豆煮 フルーツ
27	月	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 大根サラダ わかめスープ	軟飯 大根サラダ わかめスープ
28	火	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 白菜と卵のスープ 豚肉と大豆の煮物	軟飯 白菜と卵のスープ 豚肉と大豆の煮物
30	木	お粥 野菜の煮物 野菜スープ	かた粥 おかかふりかけ 親子煮 みそ汁 フルーツ	軟飯 おかかふりかけ 親子煮 みそ汁 フルーツ
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