



2024年 4月 離乳食献立表



社会福祉法人 都島友の会
都島乳児保育センター



日曜日	間食(朝)	離乳 後期食		離乳 中期食	
		昼食	材料	昼食	材料
1月	ハイハイ	軟飯 すきやき風煮 スティックポテト みそ汁	牛ミンチ 絹ごし豆腐 ごはん おつゆ麩 じゃが芋 砂糖 いんげん 玉ねぎ 小松菜 人参 白菜	全粥 すきやき風煮 マッシュポテト	絹ごし豆腐 全がゆ じゃが芋 玉ねぎ 人参 白菜
2月	ハイハイ	チキンライス ツナサラダ コーンスープ りんご	スキムミルク ツナフレーク 鶏ミンチ ごはん マヨレ 砂糖 ブロッコリー りんご 玉ねぎ 人参 スイートコーン	リゾット クリームスープ りんご	スキムミルク 全がゆ グリンピース ブロッコリー りんご 玉ねぎ 人参
3月	ハイハイ	中華丼 新キャベツのおかか和え 春大根のすまし汁	カットわかめ 花かつお 豚ミンチ かたくり粉 ごはん 砂糖 キャベツ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根 白菜	野菜丼 新キャベツのおかか和え 春大根のすまし汁	カットわかめ 花かつお かたくり粉 全がゆ キャベツ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 大根 白菜
4月	ハイハイ	軟飯 マーボー豆腐 もやしナムル 春雨スープ	絹ごし豆腐 豚ミンチ ごはん かたくり粉 はるさめ 砂糖 キャベツ きゅうり チンゲン菜 玉ねぎ 人参 青ねぎ 太もやし	全粥 マーボー豆腐 すまし汁	絹ごし豆腐 全がゆ かたくり粉 キャベツ チンゲン菜 玉ねぎ 人参
5月	ハイハイ	ハヤシライス 野菜サラダ フルーツヨーグルト	ヨーグルト 牛ミンチ かたくり粉 ごはん じゃが芋 マヨレ 砂糖 キャベツ きゅうり パナナ りんご 玉ねぎ 人参 スイートコーン	ハヤシライス 野菜サラダ パナナ	かたくり粉 じゃが芋 全がゆ キャベツ きゅうり パナナ りんご 玉ねぎ 人参
6月	ハイハイ	鮭の混ぜご飯 茄子の煮物 赤だし	カットわかめ 錦糸卵 秋鮭 ごはん 砂糖 きぬさや きゅうり なす なめこ 玉ねぎ 青ねぎ	しらす粥 茄子の煮物 すまし汁	カットわかめ ちりめんじゃこ 全がゆ きゅうり なす 玉ねぎ 人参
8月	ハイハイ	牛丼 しろ菜の煮浸し みそ汁	牛ミンチ かたくり粉 ごはん 砂糖 里芋 えのきたけ おおさかしら菜 玉ねぎ 人参 青ねぎ	さといも粥 煮浸し すまし汁	おつゆ麩 全がゆ 里芋 しろ菜 玉ねぎ 人参
9月	ハイハイ	魚のピラフ トマトサラダ ミルクスープ りんご	カットわかめ からすがれい スキムミルク ごはん じゃが芋 バター 砂糖 きゅうり トマト ビーマン ほうれん草 りんご 黄ピーマン 玉ねぎ 人参 スイートコーン	白身魚のリゾット トマトサラダ りんご	きゅうり ほうれん草 りんご 玉ねぎ 人参
10月	ハイハイ	おかかご飯 チキンソテー ブロッコリーサラダ みそ汁	花かつお 鶏肉 かたくり粉 ごはん さつま芋 マヨレ カリフラワー 砂糖 きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ 小松菜 人参 青ねぎ	おかか粥 炊き合わせ ブロッコリースープ	さつま芋 全がゆ カリフラワー ブロッコリー 糸かつお 玉ねぎ 小松菜 人参
11月	ハイハイ	春野菜のスパゲティ ディップ野菜 スープ パナナ	ツナフレーク スパゲティ マヨレ 砂糖 アスパラガス キャベツ グリンピース パナナ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根 南瓜 スイートコーン	春野菜うどん 大根スープ パナナ	うどん かたくり粉 キャベツ グリンピース パナナ 玉ねぎ 人参 大根 南瓜
12月	ハイハイ	軟飯 豆腐の磯焼き えんどう豆の卵とじ けんちん汁	あおのり えんどう 鶏ミンチ 絹ごし豆腐 卵 ごはん 砂糖 小麦粉 里芋 人参 青ねぎ	えんどう豆粥 豆腐の磯焼き すまし汁	あおのり えんどう 絹ごし豆腐 全がゆ 里芋 人参
13月	ハイハイ	きつねうどん かぼちゃの和え物 オレンジ	うすあげ うどん 砂糖 オレンジ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 南瓜	野菜うどん かぼちゃの甘煮 オレンジ	うどん オレンジ ほうれん草 玉ねぎ 人参 南瓜
15月	ハイハイ	軟飯 豆腐の炒め物 レバーの煮物 みそ汁	鶏ミンチ 鶏レバー 絹ごし豆腐 ごはん かたくり粉 砂糖 里芋 えのきたけ きぬさや チンゲン菜 玉ねぎ 人参	全粥 豆腐の炒め物 すまし汁	絹ごし豆腐 全がゆ かたくり粉 里芋 チンゲン菜 玉ねぎ 人参
16月	ハイハイ	軟飯 鶏肉のおろし焼き 春キャベツの炒め物 みそ汁	鶏肉 ごはん バター 砂糖 キャベツ なす ブロッコリー 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根 南瓜 スイートコーン	全粥 春キャベツのおろし煮 茄子のスープ	全がゆ キャベツ なす ブロッコリー 玉ねぎ 大根 南瓜
17月	ハイハイ	肉うどん パンキンサラダ パナナ	牛ミンチ うどん マヨレ 砂糖 きゅうり パナナ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 南瓜	かぼちゃうどん 胡瓜の和え物 パナナ	うどん きゅうり パナナ 玉ねぎ 人参 南瓜
18月	ハイハイ	豆ご飯 赤魚の煮付け 高野豆腐のふくめ煮 すまし汁	えんどう カットわかめ 高野豆腐 赤魚骨 ごはん てまり麩 砂糖 いんげん ほんしめじ 小松菜 人参 青ねぎ	青菜粥 かれいの煮付け すまし汁	えんどう カットわかめ からすがれい てまり麩 全がゆ 小松菜
19月	ハイハイ	ロールパン クリームシチュー コーンサラダ りんご	スキムミルク 鶏ミンチ かたくり粉 じゃが芋 マヨレ ロールパン 砂糖 キャベツ きゅうり グリンピース りんご 玉ねぎ 人参 スイートコーン	リゾット ポトフ りんご	かたくり粉 じゃが芋 全がゆ キャベツ きゅうり りんご 玉ねぎ 人参
20月	ハイハイ	親子丼 ひじき大豆煮 みそ汁	うすあげ ひじき 鶏ミンチ 絹ごし豆腐 大豆水煮 卵 かたくり粉 ごはん 砂糖 いんげん 玉ねぎ 人参 青ねぎ 白菜	おじや 豆腐の磯煮 すまし汁	あおのり 絹ごし豆腐 全がゆ 玉ねぎ 人参 白菜
22月	ハイハイ	チャーハン 春雨サラダ わかめスープ	カットわかめ 絹ごし豆腐 豚ミンチ ごはん はるさめ 砂糖 きゅうり レタス 玉ねぎ 人参 青ねぎ スイートコーン	しらす雑炊 胡瓜の和え物 わかめスープ	カットわかめ ちりめんじゃこ 絹ごし豆腐 全がゆ きゅうり 玉ねぎ 人参
23月	ハイハイ	牛丼 ほうれん草のお浸し みそ汁	うすあげ ちりめんじゃこ 牛ミンチ かたくり粉 ごはん 砂糖 ほうれん草 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根	おじや しらすの和え物 すまし汁	ちりめんじゃこ 全がゆ キャベツ ほうれん草 玉ねぎ 人参 大根
24月	ハイハイ	軟飯 豚肉の炒め物 かぼちゃの甘煮 にゅうめん	豚ミンチ ごはん そうめん 砂糖 エリンギ きぬさや 玉ねぎ 人参 青ねぎ 南瓜	全粥 野菜の炒め煮 にゅうめん	全がゆ そうめん 玉ねぎ 南瓜 人参
25月	ハイハイ	三色丼 厚揚げの煮物 みそ汁	うすあげ 鶏ミンチ 厚揚げ 卵 ごはん 砂糖 いんげん 玉ねぎ 小松菜 人参 青ねぎ 大根	大根粥 豆腐の煮物 すまし汁	絹ごし豆腐 全がゆ 玉ねぎ 小松菜 人参 大根
26月	ハイハイ	煮込みうどん じゃこぴー パナナ	うすあげ ちりめんじゃこ 豚ミンチ うどん 砂糖 パナナ ビーマン ほんしめじ 玉ねぎ 人参 青ねぎ	野菜うどん 野菜のしらす煮 パナナ	ちりめんじゃこ うどん チンゲン菜 パナナ 玉ねぎ 人参 大根
27月	ハイハイ	豚肉丼 大豆サラダ 春雨スープ	大豆水煮 豚ミンチ かたくり粉 ごはん さつま芋 はるさめ マヨレ 砂糖 きゅうり 玉ねぎ 小松菜 人参 青ねぎ	雑炊 さつま芋サラダ スープ	さつま芋 全がゆ きゅうり 玉ねぎ 小松菜 人参
29月		昭和の日			
30月	ハイハイ	混ぜご飯 切干大根の煮物 赤だし	カットわかめ ちりめんじゃこ 錦糸卵 ごはん 砂糖 きぬさや なめこ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 切り干し大根	しらす雑炊 野菜の煮物 すまし汁	カットわかめ ちりめんじゃこ 全がゆ 里芋 玉ねぎ 人参 大根

※朝のおやつはハイハイ(プレーン/緑黄色野菜)・ベビーせんべいを提供します。



ジャパンメディカルフード
栄養士 作成

