



# 4月の離乳食献立表（後期～完了期）



令和2年4月1日

池田市立保育所・認定こども園

実施日	献立名				献立名	
	間食 (午前)	後期(9~11ヶ月)		間食(午後)		完了期(12~18ヶ月)
		昼食	食品名			
1	水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮浸し ミニゼリー	米。豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁。キャベツ きゅうり しらす干し 醤油。 ミニゼリー /りんご。	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮浸し ミニゼリー
2	木	調乳 せんべい	パンがゆ→ロールパン 煮込みスパゲティ 野菜スープ	ロールパン 育児用ミルク。スパゲティ バター 豚挽き肉 人参 玉ねぎ しめじ ピーマン 醤油 だし汁。キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ 醤油 だし汁。 /さつまいも。	調乳 ふかし芋 せんべい	ロールパン 煮込みスパゲティ 野菜スープ
3	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 牛肉と野菜の煮物 わかめスープ	米。牛肉 玉ねぎ キャベツ 人参 みそ 醤油 砂糖 だし汁 代替)豚肉。チンゲンサイ 大根 人参 玉ねぎ わかめ 醤油 だし汁。/ ホットケーキミックス 育児用ミルク バナナ 油。	調乳 ☆やわらか バナナ ホットケーキ	軟飯→ごはん 牛肉と野菜の煮物 わかめスープ
4	土	調乳 せんべい	人参かゆ→人参軟飯 みそ汁	米 人参 醤油 出し汁。豆腐 玉ねぎ 人参 わかめ みそ だし汁。	調乳 ゼリー せんべい	人参軟飯→人参ごはん みそ汁
6	月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	米。豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁。キャベツ きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。ヨーグルト。/りんご。	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト
7	火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 白身魚と野菜煮 みそ汁	米。白身魚 キャベツ 砂糖 醤油 だし汁 代替)豚肉。豆腐 しめじ 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。/バナナ。	調乳 せんべい バナナ	軟飯→ごはん 白身魚と野菜煮 みそ汁
8	水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	米。鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 干しいたけ ほうれんそう 砂糖 醤油 だし汁 代替)じゃがいも。じゃがいも 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。/ 人参 ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。	調乳 ☆人参入り やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 豆腐と野菜の煮物 みそ汁
9	木	調乳 ウエハース	パンがゆ→ロールパン じゃがいものそぼろ煮 ミルクスープ デ)りんご	ロールパン 野菜スープ。じゃがいも 豚挽き肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース 砂糖 醤油 だし汁。小松菜 玉ねぎ 白菜 人参 コーン 育児用ミルク だし汁。 りんご。/ 豚肉 長いも キャベツ 小麦粉 粉かつお 青のり 油 醤油。	調乳 ☆やわらか お好み焼き	ロールパン じゃがいものそぼろ煮 ミルクスープ デ)りんご
10	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豚肉とひじきの煮物 そうめんのすまし汁	米。豚肉 芽ひじき 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。 そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。/キウイ。	調乳 くだもの(キウイ) せんべい	軟飯→ごはん 豚肉とひじきの煮物 そうめんのすまし汁
11	土	調乳 せんべい	煮込みうどん りんご	うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁。りんご。/さつまいも。	調乳 ふかし芋 せんべい	煮込みうどん りんご
13	月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉団子と野菜煮 ミルクスープ	米。牛挽き肉 豚挽き肉 玉ねぎ ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁。じゃがいも コーン缶(クリーム) 玉ねぎ 人参 育児用ミルク だし汁。/ バナナ。	調乳 くだもの(バナナ) せんべい	軟飯→ごはん 肉団子と野菜煮 ミルクスープ
14	火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 えんどうの卵とし 沢煮(丸・デ)りんご	米。えんどう豆 鶏肉 人参 高野豆腐 卵 砂糖 醤油 だし汁 代替)豚肉。豚肉 大根 人参 醤油 片栗粉 だし汁。りんご。/型抜きチーズ。	調乳 型抜きチーズ せんべい	軟飯→ごはん えんどうの卵とし 沢煮(丸・デ)りんご
15	水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 大根の煮物 みそ汁	米。豚肉 大根 人参 三度豆 醤油 砂糖 出し汁。 かぼちゃ たまねぎ はくさい わかめ みそ 出し汁。 /バナナ いちご 無糖ヨーグルト 砂糖。	調乳 ☆フルーツヨーグルト和え	軟飯→ごはん 大根の煮物 みそ汁
16	木	調乳 せんべい	パンがゆ→ロールパン 白身魚と野菜煮 煮込みマカロニ	ロールパン 育児用ミルク。たら じゃがいも 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 醤油 だし汁 代替)豚肉。マカロニ 人参 きゅうり コーン 醤油 だし汁。/絹こし豆腐 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉。	調乳 ☆やわらか みたらし団子 せんべい	ロールパン 白身魚と野菜煮 煮込みマカロニ
17	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜煮 かきたま汁	米。鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。卵 豆腐 人参 玉ねぎ わかめ 醤油 片栗粉 だし汁 代替)豚肉。/ わらび粉 きな粉 砂糖。	調乳 ☆やわらかわらびもち	軟飯→ごはん 鶏肉と野菜煮 かきたま汁
18	土	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 ひじきの煮物 みそ汁	米。ひじき缶 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。豆腐 白菜 えのきだけ 人参 みそ だし汁。	調乳 ゼリー せんべい	軟飯→ごはん ひじきの煮物 みそ汁
20	月	調乳 せんべい	雑炊 みそ汁 デ)いよかん	米 豚肉 白菜 人参 玉ねぎ 醤油 出し汁。豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ ほうれん草 みそ だし汁。いよかん。/ マカロニ きな粉 砂糖。	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	雑炊→野菜丼 みそ汁 デ)いよかん
21	火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	米。白身魚 醤油 砂糖 だし汁 【油 完了期のみ】 代替)豚肉。大根 人参 玉ねぎ ほうれん草 みそ だし汁。/ うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。	調乳 ☆煮込みうどん	軟飯→ごはん 白身魚の照り焼き みそ汁
22	水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 高野豆腐の含め煮 そうめんのすまし汁	米。鶏肉 高野豆腐 白菜 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替)豚肉。そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。/ ミニゼリー	調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん 高野豆腐の含め煮 そうめんのすまし汁
23	木	調乳 ウエハース	パンがゆ→ロールパン 卵とし かぼちゃのミルクスープ	ロールパン 育児用ミルク。卵 玉ねぎ グリンピース しめじ 醤油 だし汁 【油 完了期のみ】代替)豚肉・ コーン。豚肉 かぼちゃ レタス 人参 育児用ミルク だし汁。/ りんご。	調乳 くだもの(りんご) せんべい	ロールパン 野菜のキッシュ かぼちゃのミルクスープ
24	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替)豚肉。人参 じゃがいも 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。/ ロールパン 育児用ミルク。	調乳 パンがゆ→ロールパン	軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁
25	土	調乳 せんべい	煮込みうどん りんご	うどん 豚肉 キャベツ 人参 しいたけ 玉ねぎ わかめ コーン 醤油 だし汁。りんご。/じゃがいも。	調乳 ふかしおじゃが せんべい	煮込みうどん りんご
27	月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豚肉と野菜煮 みそ汁	米。豚肉 三度豆 人参 砂糖 醤油 だし汁。豆腐 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。/ じゃがいも。	調乳 粉吹芋 せんべい	軟飯→ごはん 豚肉と野菜煮 みそ汁
28	火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 煮魚 すまし汁	米。白身魚 醤油 砂糖 だし汁 代替)豚肉。大根 人参 しめじ みつば 醤油 出し汁。/ りんご バナナ。	調乳 ☆フルーツ盛り合わせ	軟飯→ごはん 煮魚 すまし汁
30	木	調乳 せんべい	パンがゆ→ロールパン ミルク煮 煮浸し	ロールパン 野菜スープ。じゃがいも 玉ねぎ 人参 育児用ミルク。ほうれん草 大豆 玉ねぎ 醤油 砂糖 だし汁。/ ミニゼリー。	調乳 ミニゼリー せんべい	ロールパン ミルク煮 煮浸し

☆印は手作りおやつです。