



# 4月の離乳食献立表（後期～完了期）



令和3年4月1日

池田市立保育所・認定こども園

実施日	間食 (午前)	献立名		間食(午後)	献立名
		昼食	後期(9~11ヶ月) 食品名		
1 木	調乳 せんべい	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 金	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 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。豚肉 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
5 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。/ キウイ。	調乳 くだもの(キウイ) せんべい	軟飯→ごはん 肉団子と野菜煮 ミルクスープ
6 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
7 水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 デ)りんご	米。鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 ほうれん草 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。りんご。/ 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 デ)りんご
8 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	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。 / 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	ロールパン じゃがいものそぼろ煮 ミルクスープ
9 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
10 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
12 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。/バナナ。	調乳 バナナ せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト
13 火	調乳 ビスケット	パンがゆ→ロールパン 白身魚と野菜煮 煮込みマカロニ デ)りんご	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。りんご。/ 型抜きチーズ。	調乳 型抜きチーズ せんべい	ロールパン 白身魚と野菜煮 煮込みマカロニ デ)りんご
14 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。 / 絹ごし豆腐 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	軟飯→ごはん 大根の煮物 みそ汁
15 木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 えんどうの卵とじ 沢煮椀	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。 / 豚肉 長芋 キャベツ 小麦粉 天かす 粉かつお 油 あおりの 醤油。	調乳 ☆やわらか お好み焼き	軟飯→ごはん えんどうの卵とじ 沢煮椀
16 金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜煮 みそ汁	米。鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁 代替)豚肉。豆腐 わかめ 人参 たまねぎ みそ 出し汁/ 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 みそ汁
17 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
19 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
20 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
21 水	調乳 ポーロ	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。/ おつゆ麩 バター 砂糖。 ミニゼリー。	調乳 ☆麩のラスク ミニゼリー	軟飯→ごはん 牛肉と野菜の煮物 わかめスープ
22 木	調乳 ウエハース	パンがゆ→ロールパン 卵とじ 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。 / キウイ。	調乳 くだもの(キウイ) 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
23 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
24 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
26 月	調乳 せんべい	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。 / じゃがいも。	調乳 粉吹芋 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
27 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
28 水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 豚肉と野菜煮 かきたま汁・デ)りんご	米。豚肉 三度豆 人参 砂糖 醤油 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。 りんご。 / ミニゼリー。	調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん 豚肉と野菜煮 かきたま汁・デ)りんご
30 金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 焼きのり	米。豆腐 キャベツ 豚肉 人参 玉ねぎ ほうれん草 醤油 出し汁。大根 人参 はくさい みそ だし汁。 焼きのり。 / バナナ。	調乳 バナナ せんべい	軟飯→ごはん 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 焼きのり

☆印は手作りおやつです。