



4月の離乳食献立表（初期～中期）



令和3年4月1日

池田市立保育所・認定こども園

| 実施日 | 初期（5～6ヶ月） | | | 中期（7～8ヶ月） | | | |
|------|-----------------------------------|--|--------------------|-------------|-------------------------------------|-------------------------------|--|
| | 献立名 | 食品名 | 間食 | 午前間食 | 献立名 | 午後間食 | 食品名 |
| 1 木 | すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし りんごすりおろし | 米。じゃがいも 玉ねぎ 人参 だし汁。りんご。 | 調乳 りんご すりおろし | 調乳 せんべい | かゆ 肉じゃが 煮浸し ミニゼリー | 調乳 りんご せんべい | 米。豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース 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。 |
| 2 金 | パンがゆ スパゲティの たくた煮 野菜のたくた煮 | ロールパン 育児用ミルク。 スパゲティ 人参 玉ねぎ だし汁。キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ だし汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | パンがゆ 煮込みスパゲティ 野菜スープ | 調乳 ☆ふかし芋 せんべい | ロールパン 育児用ミルク。スパゲティ 人参 豚ひき肉 玉ねぎ しめじ ビーマン 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。 |
| 3 土 | すりつぶしがゆ にんじんがゆ 豆腐のすりつぶし | 米 人参 だし汁。 豆腐 人参 玉ねぎ だし汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | 人参かゆ みそ汁 | 調乳 ゼリー せんべい | 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。 |
| 5 月 | すりつぶしがゆ 野菜のたくた煮 野菜の煮つぶし | 米。玉ねぎ フロッコリー だし汁。じゃが芋 人参 だし汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | かゆ 肉団子と野菜煮 ミルクスープ | 調乳 くだもの（キウイ） せんべい | 米。牛挽き肉 豚挽き肉 玉ねぎ フロッコリー 砂糖 醤油 だし汁。じゃがいも 玉ねぎ コーン缶（クリーム） 人参 育児用ミルク だし汁。/キウイ。 |
| 6 火 | すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のたくた煮 | 米。豆腐 人参 だし汁。 キャベツ 玉ねぎ だし汁。 | 調乳 | 調乳 ビスケット | かゆ 白身魚と野菜煮 みそ汁 | 調乳 せんべい バナナ | 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。 |
| 7 水 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のミルク煮 | 米。豆腐 玉ねぎ 人参 だし汁。じゃがいも 玉ねぎ 育児用ミルク。 | 調乳 | 調乳 ポーロ | かゆ 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 りんご | 調乳 ☆人参入り やわらかホットケーキ | 米 鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 干しいたけ 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 育児用ミルク 油 ホットケーキミックス。 |
| 8 木 | パンがゆ 野菜のたくた煮 野菜のミルク煮 | ロールパン 野菜スープ。 じゃがいも 玉ねぎ 人参 だし汁。小松菜 玉ねぎ 白菜 育児用ミルク。 | 調乳 | 調乳 ウエハース | パンがゆ じゃがいもの そばろ煮 ミルクスープ | 調乳 ☆フルーツ ヨーグルト和え | 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。 |
| 9 金 | すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし そうめんのたくた煮 | 米。鮭缶 人参 玉ねぎ だし汁。そうめん 人参 小松菜 だし汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | かゆ 豚肉とひじきの煮物 そうめんのすまし汁 | 調乳 くだもの（キウイ） せんべい | 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。 |
| 10 土 | うどんのたくた煮 りんごすりおろし | うどん キャベツ 人参 玉ねぎ だし汁。 りんご。 | 調乳 | 調乳 せんべい | 煮込みうどん りんご | 調乳 ☆ふかし芋 せんべい | 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。 |
| 12 月 | すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のたくた煮 | 米。じゃがいも 玉ねぎ 人参 だし汁。キャベツ きゅうり だし汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | かゆ 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト | 調乳 バナナ せんべい | 米。豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース 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。 |
| 13 火 | パンがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし | ロールパン 育児用ミルク。 白身魚 人参 だし汁。 じゃがいも 玉ねぎ だし汁。 | 調乳 | 調乳 ビスケット | パンがゆ 白身魚と野菜煮 煮込みマカロニ りんご | 調乳 型抜きチーズ せんべい | ロールパン 育児用ミルク。たら じゃがいも 玉ねぎ 人参 フロッコリー 醤油 だし汁 代替 豚肉。マカロニ 人参 コーン きゅうり 醤油 だし汁。りんご。/ 型抜きチーズ。 |
| 14 水 | すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のたくた煮 | 米。大根 人参 鮭缶 出し汁。かぼちゃ はくさい 玉ねぎ だし汁。 | 調乳 | 調乳 ポーロ | かゆ 大根の煮物 みそ汁 | 調乳 ☆やわらか みたらし団子 せんべい | 米。豚肉 大根 人参 三度豆 醤油 砂糖 出し汁。かぼちゃ 玉ねぎ はくさい わかめ みそ だし汁。/絹ごし豆腐 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉。 |
| 15 木 | すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 高野豆腐のすりおろし煮 | 米。大根 人参 育児用ミルク。高野豆腐 人参 だし汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | かゆ えんどうの 卵黄とし 沢煮椀 | 調乳 ☆やわらか お好み焼き | 米。えんどう豆 鶏肉 人参 高野豆腐 卵黄 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 長いも キャベツ 小麦粉 粉かつを 青のり 油 醤油。 |
| 16 金 | すりつぶしがゆ 野菜のすりつぶし 豆腐のたくた煮 | 米。鮭缶 キャベツ 人参 だし汁。豆腐 玉ねぎ 人参 だし汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | かゆ 鶏肉と野菜煮 みそ汁 | 調乳 ☆やわらかわらびもち | 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 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。/ わらび粉 きな粉 砂糖。 |
| 17 土 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のたくた煮 | 米。豆腐 人参 だし汁。 白菜 玉ねぎ だし汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | かゆ ひじきの煮物 みそ汁 | 調乳 ゼリー せんべい | 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。 |
| 19 月 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜の煮つぶし | 米。豆腐 ほうれん草 出し汁。白菜 人参 出し汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | 雑炊 みそ汁 デ) いよかん | 調乳 ☆やわらか かわりあべかわ | 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。 |
| 20 火 | すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のたくた煮 | 米。白身魚 人参 だし汁。大根 人参 ほうれん草 だし汁。 | 調乳 | 調乳 ビスケット | かゆ 煮魚 みそ汁 | 調乳 ☆煮込みうどん | 米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 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。 |
| 21 水 | すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のたくた煮 | 米。鮭缶 キャベツ 玉ねぎ 人参 だし汁。 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ だし汁。 | 調乳 | 調乳 ポーロ | かゆ 牛肉と野菜の煮物 わかめスープ | 調乳 ☆麩のラスク ミニゼリー | 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 育児用ミルク 砂糖。ミニゼリー。 |
| 22 木 | パンがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のたくた煮 | ロールパン 育児用ミルク。 玉ねぎ 鮭缶 だし汁。かぼちゃ 人参 だし汁。 | 調乳 りんご すりおろし | 調乳 ウエハース | パンがゆ 卵黄とし ミルクスープ | 調乳 くだもの（りんご） せんべい | ロールパン 育児用ミルク。卵黄 玉ねぎ しめじ グリンピース 醤油 だし汁 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。 |
| 23 金 | すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし | 米。白身魚 人参 だし汁。じゃがいも 玉ねぎ だし汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | かゆ 煮魚 みそ汁 | 調乳 パンがゆ | 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。 |
| 24 土 | うどんのたくた煮 りんごすりおろし | うどん キャベツ 人参 玉ねぎ だし汁。 りんご。 | 調乳 | 調乳 せんべい | 煮込みうどん りんご | 調乳 ☆ふかしおじゃが せんべい | 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。 |
| 26 月 | すりつぶしがゆ 野菜のたくた煮 そうめんのたくた煮 | 米。白菜 人参 だし汁。 そうめん 人参 玉ねぎ だし汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | かゆ 高野豆腐の含め煮 そうめんのすまし汁 | 調乳 粉吹芋 せんべい | 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。 |
| 27 火 | すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のたくた煮 | 米。白身魚 人参 だし汁。大根 玉ねぎ 人参 だし汁。 | 調乳 | 調乳 ビスケット | かゆ 煮魚 すまし汁 | 調乳 ☆フルーツ盛り合わせ | 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 |
| 28 水 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のたくた煮 | 米。豆腐 人参 だし汁。 玉ねぎ じゃがいも だし汁。 | 調乳 | 調乳 ポーロ | かゆ 豚肉と野菜煮 かきたま汁（卵黄） デ) りんご | 調乳 ミニゼリー せんべい | 米。豚肉 三度豆 人参 砂糖 醤油 だし汁。 卵黄 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。 |
| 30 金 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のたくた煮 | 米。豆腐 人参 だし汁。 大根 人参 白菜 だし 汁。 | 調乳 | 調乳 せんべい | かゆ 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 焼きのり | 調乳 バナナ せんべい | 米。豆腐 キャベツ 豚肉 人参 玉ねぎ ほうれん草 醤油 だし汁。大根 人参 はくさい みそ だし汁。焼きのり。/ バナナ。 |

☆印は手作りおやつです。 ※オレンジは、清見オレンジ・せとか等の品種になります。