



4月の離乳食献立表（初期～中期）



令和8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(水)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のすりつぶし	米 玉ねぎ キャベツ 人参 だし汁 小松菜 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 肉と野菜のみそ煮 すまし汁・デ) りんご	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/ 豚肉 玉ねぎ キャベツ 人参 みそ しょう油 三温糖 だし汁/ 小松菜 玉ねぎ 人参 だし汁 しょう油 / りんご (フレッシュゼリー)
2(木)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し さつま芋のミルク煮	米 木綿豆腐 大根 玉ねぎ だし汁 さつま芋 育児用ミルク	調乳 すりおろし りんご	調乳 せんべい	かゆ 豆腐のそぼろあんかけ みそ汁	調乳 りんご せんべい	米/ 鶏ひき肉 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 片栗粉 代替) じゃがいも 代替) 豚ひき肉 / 大根 さつま芋 玉ねぎ 人参 みそ だし汁 (りんご)
3(金)	すりつぶしがゆ 魚のすり流し 野菜のすりつぶし	米 カレイ 大根 だし汁 片栗粉 きゅうり 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 和え物・みそ汁	調乳 ふかしおじゃが せんべい	米/ カレイ 三温糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / きゅうり しらす干し しょう油 だし汁 / 大根 玉ねぎ 人参 みそ だし汁 (じゃがいも)
4(土)	うどんのくたくた煮 白身魚のすり流し すりおろしりんご	うどん キャベツ 人参 だし汁 木綿豆腐 玉ねぎ 小松菜 だし汁 りんご	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん じゃが芋のそぼろ煮 りんご	調乳 ふかししいも せんべい	うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ しょう油 だし汁 / 木綿豆腐 人参 玉ねぎ 小松菜 みそ だし汁 / りんご (さつま芋)
6(月)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米 玉ねぎ ブロッコリー だし汁 キャベツ ほうれん草 だし汁	調乳 すりおろし りんご	調乳 せんべい	かゆ 野菜のそぼろ煮 野菜スープ	調乳 りんご せんべい	米/ 牛ひき肉 玉ねぎ 人参 ブロッコリー だし汁 しょう油 三温糖 片栗粉 代替) 豚ひき肉 / 豚肉 玉ねぎ キャベツ ほうれん草 しょう油 だし汁 (りんご)
7(火)	すりつぶしがゆ マッシュポテト 野菜のすりつぶし	米 じゃが芋 育児用ミルク キャベツ 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳 すりおろし りんご	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが・煮びたし フレッシュゼリー	調乳 りんご せんべい	米/ 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 / キャベツ きゅうり しらす干し しょう油 だし汁 / フレッシュゼリー (りんご)
8(水)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米 はくさい 人参 だし汁 大根 ブロッコリー だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 鶏肉の煮物 すまし汁・デ) パナナ	調乳 ビスケット せんべい	米/ 鶏肉 はくさい 人参 ブロッコリー 三温糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 大根 人参 しょう油 だし汁 / パナナ
9(木)	パンがゆ 野菜のすりつぶし 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク じゃが芋 玉ねぎ だし汁 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ じゃが芋のそぼろ煮 卵黄スープ	調乳 パナナ せんべい	ロールパン 育児用ミルク / じゃが芋 豚ひき肉 人参 玉ねぎ しょう油 三温糖 だし汁 / 卵黄 玉ねぎ 人参 しょう油 だし汁 片栗粉 代替) 豚肉 (パナナ)
10(金)	すりつぶしがゆ 魚のすり流し 野菜のすりつぶし	米 カレイ キャベツ だし汁 片栗粉 はくさい 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/ カレイ キャベツ しょう油 三温糖 だし汁 代替) 豚肉 / 木綿豆腐 はくさい 人参 だし汁 みそ (フレッシュゼリー)
11(土)	うどんのくたくた煮 野菜の煮つぶし	うどん 玉ねぎ 人参 だし汁 大根 ほうれん草 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん 野菜の煮物	調乳 ふかしおじゃが せんべい	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 しょう油 だし汁 / 玉ねぎ 大根 ほうれん草 人参 だし汁 三温糖 しょう油 (じゃがいも)
13(月)	すりつぶしがゆ 野菜のすりつぶし 豆腐のすり流し	米 はくさい ほうれん草 だし汁 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物・みそ汁 デザート (りんご)	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米/ 豚肉 はくさい 人参 玉ねぎ しょう油 三温糖 だし汁 片栗粉 / 木綿豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 だし汁 みそ / りんご (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
14(火)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米 ブロッコリー 玉ねぎ だし汁 さつま芋 大根 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉の煮物 みそ汁	調乳 ☆フルーツ ヨーグルト和え	米/ 鶏肉 ブロッコリー しょう油 三温糖 だし汁 代替) 豚肉 / さつま芋 大根 玉ねぎ 人参 だし汁 みそ (パナナ いちご ヨーグルト)
15(水)	すりつぶしがゆ 魚のすり流し 野菜くたくた煮	米 カレイ キャベツ だし汁 片栗粉 大根 人参 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 煮魚 野菜と卵黄のスープ	調乳 パナナ せんべい	米/ カレイ キャベツ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 代替) 豚肉 / 大根 卵黄 人参 玉ねぎ しょう油 だし汁 代替) 豚肉 (パナナ)
16(木)	すりつぶしがゆ マッシュポテト そうめんのくたくた煮	米 じゃが芋 育児用ミルク そうめん 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが そうめんのすまし汁	調乳 ふかししいも せんべい	米/ 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 三温糖 しょう油 だし汁 / そうめん 人参 チンゲン菜 だし汁 しょう油 (さつま芋)
17(金)	すりつぶしがゆ 魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米 カレイ 玉ねぎ だし汁 片栗粉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ かゆ軟飯 煮魚 みそ汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/ カレイ しょう油 三温糖 だし汁 代替) 豚肉 / じゃが芋 玉ねぎ 人参 だし汁 みそ (フレッシュゼリー)
18(土)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 すりおろしりんご	米 玉ねぎ 人参 だし汁 りんご	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが りんご	調乳 みかんゼリー せんべい	米/ 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 三温糖 しょう油 だし汁 / りんご (みかんゼリー)
20(月)	すりつぶしがゆ 魚のすり流し 野菜のくたくた煮	米 カレイ 玉ねぎ だし汁 片栗粉 かぼちゃ 小松菜 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 かぼちゃのみそ汁	調乳 パナナ せんべい	米/ カレイ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 代替) 豚肉 / かぼちゃ 玉ねぎ 人参 小松菜 みそ だし汁 / (パナナ)
21(火)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のすりつぶし	米 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐のそぼろあんかけ 卵黄汁・デ) りんご	調乳 ☆煮込みうどん	米/ 豚ひき肉 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 片栗粉 代替) じゃが芋 / 卵黄 玉ねぎ 人参 しょう油 だし汁 片栗粉 代替) 豚肉 / りんご (うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ しょう油 だし汁)
22(水)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米 じゃが芋 人参 だし汁 キャベツ 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 肉じゃが・みそ汁 ヨーグルト	調乳 パナナ せんべい	米/ 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 代替) 豚肉 / キャベツ 玉ねぎ だし汁 みそ / ヨーグルト (パナナ)
23(木)	パンがゆ 野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	ロールパン 野菜スープ 玉ねぎ はくさい 育児用ミルク 小松菜 人参 コーン だし汁	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 野菜の卵黄とじ 豆乳スープ	調乳 フレッシュゼリー せんべい	ロールパン 野菜スープ / 卵黄 玉ねぎ はくさい しょう油 三温糖 だし汁 代替) 豚肉 / 小松菜 玉ねぎ 人参 しょう油 コーン缶 (ホール) だし汁 豆乳 (フレッシュゼリー)
24(金)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し そうめんのくたくた煮	米 木綿豆腐 はくさい だし汁 そうめん 玉ねぎ 小松菜 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ すき焼き風煮 そうめんのすまし汁	調乳 ☆煮込みうどん	米/ 牛肉 木綿豆腐 はくさい 人参 玉ねぎ 三温糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 代替) じゃが芋 / そうめん 人参 小松菜 だし汁 しょう油 (うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ だし汁 しょう油)
25(土)	すりつぶしがゆ マッシュポテト 野菜の煮つぶし	米 じゃが芋 育児用ミルク 玉ねぎ 人参 小松菜 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ じゃが芋のトマト煮 野菜スープ・りんご	調乳 ももゼリー せんべい	米/ じゃが芋 豚ひき肉 トマト 玉ねぎ 三温糖 しょう油 だし汁 / 木綿豆腐 人参 玉ねぎ 小松菜 しょう油 だし汁 / りんご (ももゼリー)
27(月)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜の煮つぶし	米 木綿豆腐 ほうれん草 だし汁 じゃが芋 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐と野菜の煮物 みそ汁・デ) パナナ	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米/ 鶏肉 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 ほうれん草 三温糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 代替) じゃが芋 / じゃが芋 人参 玉ねぎ だし汁 みそ / パナナ (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
28(火)	すりつぶしがゆ 魚のすり流し 野菜のくたくた煮	米 カレイ キャベツ だし汁 片栗粉 大根 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆やわらかうどんの きな粉まぶし	米/ カレイ キャベツ しょう油 三温糖 だし汁 代替) 豚肉 / 豚肉 大根 人参 玉ねぎ だし汁 みそ (うどん きな粉 上白糖)
30(木)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜の煮つぶし	米 木綿豆腐 キャベツ だし汁 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と豆腐の煮物 みそ汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/ 豚肉 キャベツ 木綿豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 だし汁 しょう油 三温糖 代替) じゃが芋 / かぼちゃ 玉ねぎ 人参 みそ だし汁 (フレッシュゼリー)

☆印は手作りおやつです。