



# 4月 離乳食 献立表



令和5年

きららうえばる保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 ヨーグルト状(ペースト)		おやつ (8か月頃から)	※
		中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 豆腐の固さ(マッシュ)			
		後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月 バナナの固さ(柔らかく刻む)			
1	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し じゃが芋ペースト 大根スープ 果汁	大根おじや 南瓜スープ	※ 食物アレルギーの有無を確認するために、家庭で食べた事がない食材は、園では提供致しません。子どもの安全を守るため食材チェックは必ず行ってください。
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋つぶし煮 大根スープ 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 大根スープ 果物		
3	月	初期	つぶし粥 野菜と豆腐のすり流し キャベツサラダマッシュ オニオンスープ 果汁	人参おじや 野菜スープ	
		中期	全粥 野菜と豆腐のつぶし煮 キャベツつぶしサラダ オニオンスープ 果物		
		後期	軟飯 野菜と豆腐の煮物 キャベツサラダ オニオンスープ 果物		
4	火	初期	つぶし粥 魚のすり流し 南瓜ペースト すましスープ 果汁	南瓜おやき	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 南瓜の煮物 ゆし豆腐 果物		
		後期	軟飯 魚の煮つけ 南瓜の煮物 ゆし豆腐 果物		
5	水	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつまいもとりんご煮物マッシュ ほうれん草スープ 果汁	さつまいもおじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつまいもとりんごのつぶし煮 ほうれん草スープ 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 さつまいもとりんごの煮物 ほうれん草スープ 果物		
6	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ほうれん草の和え物マッシュ じゃが芋のみそ汁 果物	ほうれん草おじや オニオンスープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 ほうれん草のつぶしあえ じゃが芋のみそ汁 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ほうれん草の和え物 じゃが芋のみそ汁 果物		
7	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 大根とトマトの煮物マッシュ すましスープ 果汁	おじや さつまいスープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 大根とトマトのつぶし煮 ソーメン汁 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 大根のトマト煮 ソーメン汁 果物		
8	土	初期	つぶし粥 魚のすり流し ポテトペースト 大根スープ 果汁	おじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 マッシュポテト 大根のすまし汁 果物		
		後期	軟飯 魚の煮つけ マッシュポテト 大根のすまし汁 果物		
10	月	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜の煮物 豆腐のすり流し汁 果汁	豆腐おじや 南瓜スープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁 果物		
11	火	初期	つぶし粥 魚のすり流し さつまいペースト 豆腐のすり流し汁 果汁	さつまい粥 ほうれん草スープ	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 さつまいのつぶし煮 豆腐のすまし汁 果物		
		後期	軟飯 魚の煮つけ さつまいの煮物 豆腐のすまし汁 果物		
12	水	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 南瓜サラダペースト 豆腐のすり流し汁 果汁	南瓜粥 さつまいのみそ汁	
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 南瓜サラダマッシュ 豆腐のすまし汁 果物		
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 南瓜サラダ 豆腐のすまし汁 果物		
13	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参と豆腐の煮物マッシュ 大根スープ 果汁	おじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 人参と豆腐のつぶし煮 大根スープ 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 人参と豆腐の煮物 大根スープ 果物		
14	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ほうれん草サラダペースト 豆腐のすり流し汁 果汁	さつまいおじや ほうれん草スープ	
		中期	全粥 魚の野菜煮 ほうれん草サラダマッシュ 豆腐のすまし汁 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ほうれん草サラダ 豆腐のすまし汁 果物		
15	土	初期	つぶし粥 豆腐のすり流し さつまいペースト オニオンスープ 果汁	おじや さつまいスープ	
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 さつまいのつぶし煮 オニオンスープ 果物		
		後期	軟飯 豆腐の煮物 さつまいの煮物 オニオンスープ 果物		
17	月	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ オニオンスープ 果汁	トマト粥 じゃが芋スープ	
		中期	全粥 魚の野菜つぶし煮 ポテつぶしサラダ オニオンスープ 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ 果物		
18	火	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し じゃが芋ペースト キャベツスープ 果汁	じゃが芋とバナナのおやき	
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 じゃが芋の煮物 キャベツのみそ汁 果物		
		後期	軟飯 魚のトマト煮 じゃが芋の煮物 キャベツのみそ汁 果物		
19	水	初期	つぶし粥 魚のすり流し さつまいペースト すましスープ 果汁	おじや 南瓜スープ	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 さつまいのつぶし煮 ソーメン汁 果物		
		後期	軟飯 魚の柔らか煮 さつまいの煮物 ソーメン汁 果物		
20	木	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト オニオンスープ 果汁	おじや 南瓜とバナナの マッシュ	
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 オニオンスープ 果物		
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜の煮物 オニオンスープ 果物		
21	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつまいペースト 豆腐のすり流し汁 果汁	おじや ほうれん草スープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつまいのつぶし煮 豆腐のすまし汁 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 さつまいの煮物 豆腐のすまし汁 果物		
22	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し じゃが芋ペースト 大根スープ 果汁	ツナおじや 南瓜スープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 大根のみそ汁 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 大根のみそ汁 果物		
24	月	初期	つぶし粥 魚のすり流し 大根和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁	おじや 大根スープ	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 大根のつぶしあえ 豆腐のみそ汁 果物		
		後期	軟飯 魚の煮物 大根の和え物 豆腐のみそ汁 果物		
25	火	初期	つぶし粥 魚のすり流し 白菜サラダマッシュ すましスープ 果汁	おじや 白菜スープ	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 つぶし白菜サラダ ゆし豆腐 果物		
		後期	軟飯 魚の煮物 白菜サラダ ゆし豆腐 果物		
26	水	初期	つぶし粥 魚のすり流し ほうれん草の和え物マッシュ キャベツスープ 果汁	トマトおじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 ほうれん草のつぶしあえ キャベツのみそ汁 果物		
		後期	軟飯 魚の煮物 ほうれん草の和え物 キャベツのみそ汁 果物		
27	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつまいペースト 大根スープ 果汁	さつまいおじや ほうれん草スープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつまいの煮物 大根のみそ汁 果物		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 さつまいの煮物 大根のみそ汁 果物		
28	金	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し マッシュポテト オニオンスープ 果汁	キャベツおじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 マッシュポテト オニオンスープ 果物		
		後期	軟飯 豆腐と野菜の煮物 マッシュポテト オニオンスープ 果物		

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。  
 ※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。  
 ※ 4月29日(土)は昭和の日でお休みです。