



4月 離乳食 献立表



令和6年

きららうえぼる保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月	後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト)	豆腐の固さ(マッシュ)	バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (8か月頃から)	※
1	月	初期	つぶし粥	野菜ペースト	オニオンスープ			バナナ果汁	野菜おじや じゃが芋スープ	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	ささみと野菜のつぶし煮	つぶしキャベツサラダ	オニオンスープ		バナナ		
		後期	軟飯	ササミの野菜煮	キャベツサラダ	オニオンスープ				
2	火	初期	つぶし粥	野菜ペースト	ほうれん草スープ			りんご果汁	南瓜おじや ほうれん草スープ	
		中期	全粥	豆腐と野菜のつぶし煮	南瓜の煮物	すまし汁		煮りんご		
		後期	軟飯	豆腐の野菜煮	南瓜の煮物	すまし汁				
3	水	初期	つぶし粥	野菜ペースト	大根スープ			バナナ果汁	さつま芋おじや 野菜スープ	
		中期	全粥	鮭と野菜のつぶし煮	つぶしトマトサラダ	大根スープ		バナナ		
		後期	軟飯	鮭の野菜煮	トマトサラダ	大根スープ				
4	木	初期	つぶし粥	野菜ペースト	ほうれん草スープ			りんご果汁	おじや 南瓜スープ	
		中期	全粥	ささみと野菜のつぶし煮	南瓜の煮物	豆腐のすまし汁		煮りんご		
		後期	軟飯	ささみと野菜の煮物	南瓜の煮物	豆腐のすまし汁				
5	金	初期	つぶし粥	野菜ペースト	大根スープ			バナナ果汁	人参おじや さつま芋スープ	
		中期	全粥	白身魚と野菜のつぶし煮	さつま芋のつぶし煮	大根のみそ汁		バナナ		
		後期	軟飯	白身魚の野菜煮	さつま芋の煮物	大根のみそ汁				
6	土	初期	つぶし粥	野菜ペースト	大根スープ			バナナ果汁	大根おじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥	豆腐と野菜のつぶし煮	じゃが芋のつぶし煮	大根スープ		バナナ		
		後期	軟飯	豆腐の煮物	じゃが芋の煮物	大根スープ				
8	月	初期	つぶし粥	野菜ペースト	ほうれん草の和え物	マッシュ	キャベツスープ	りんご果汁	トマトおじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥	野菜のつぶし煮	ほうれん草のつぶしあえ	キャベツのみそ汁		煮りんご		
		後期	軟飯	野菜の煮物	ほうれん草の和え物	キャベツのみそ汁				
9	火	初期	つぶし粥	野菜ペースト	白菜サラダ	マッシュ	すましスープ	バナナ果汁	おじや 白菜スープ	
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮	白菜つぶしサラダ	豆腐のすまし汁		バナナ		
		後期	軟飯	魚の野菜煮	白菜サラダ	豆腐のすまし汁				
10	水	初期	つぶし粥	野菜ペースト	さつま芋とりんごのペースト	ほうれん草スープ		バナナ果汁	鮭おじや 南瓜スープ	
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮	さつま芋とりんごのつぶし煮	ほうれん草スープ		バナナ		
		後期	軟飯	魚の野菜煮	さつま芋とりんごの煮物	ほうれん草スープ				
11	木	初期	つぶし粥	野菜ペースト	じゃが芋マッシュ	すましスープ		りんご果汁	豆腐おじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮	じゃが芋のつぶし煮	豆腐のすまし汁		煮りんご		
		後期	軟飯	魚の野菜煮	じゃが芋の煮物	豆腐のすまし汁				
12	金	初期	つぶし粥	野菜ペースト	南瓜マッシュ	じゃが芋スープ		バナナ果汁	おじや 南瓜スープ	
		中期	全粥	豆腐と野菜のつぶし煮	南瓜つぶしサラダ	じゃが芋スープ		バナナ		
		後期	軟飯	豆腐の野菜煮	南瓜サラダ	じゃが芋スープ				
13	土	初期	つぶし粥	野菜ペースト	ポテトマッシュ	ほうれん草スープ		バナナ果汁	ツナおじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥	豆腐と野菜のつぶし煮	ポテトマッシュ	ほうれん草のみそ汁		バナナ		
		後期	軟飯	豆腐の野菜煮	ポテトマッシュ	ほうれん草のみそ汁				
15	月	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し	白菜の和え物	マッシュ	豆腐のすましスープ	りんご果汁	人参おじや 白菜スープ	
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮	白菜つぶし和え	豆腐のみそ汁		煮りんご		
		後期	軟飯	魚の野菜煮	白菜の和え物	豆腐のみそ汁				
16	火	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し	さつま芋ペースト	すましスープ		バナナ果汁	さつま芋おじや オニオンスープ	
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮	さつま芋のつぶし煮	ソーメン汁		バナナ		
		後期	軟飯	魚の野菜煮	さつま芋の煮物	ソーメン汁				
17	水	初期	つぶし粥	野菜ペースト	大根あえ	マッシュ	すましスープ	オレンジ果汁	ツナおじや 南瓜スープ	
		中期	全粥	ササミと野菜のつぶし煮	大根のつぶしあえ	つぶしうどん汁		オレンジ		
		後期	軟飯	ササミの軟らか煮	大根の和え物	うどん汁				
18	木	 お弁当会 & お誕生会 								
19	金	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し	豆腐と野菜のすり流し	大根スープ		みかん缶果汁	きなこパン粥	
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮	豆腐のつぶし煮	大根のみそ汁		ヨーグルトあえ		
		後期	軟飯	魚の野菜煮	豆腐のいり煮	大根のみそ汁				
20	土	初期	つぶし粥	豆腐のすり流し	さつま芋ペースト	オニオンスープ		バナナ果汁	さつま芋おじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥	豆腐のつぶし煮	さつま芋のつぶし煮	オニオンスープ		バナナ		
		後期	軟飯	豆腐の煮物	さつま芋の煮物	オニオンスープ				
22	月	初期	つぶし粥	豆腐のすり流し	ブロッコリー	サラダ	マッシュ	オニオンスープ	りんご果汁	トマトおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥	豆腐のつぶし煮	ブロッコリー	つぶしサラダ	オニオンスープ		煮りんご	
		後期	軟飯	豆腐の煮物	ブロッコリー	サラダ	オニオンスープ			
23	火	初期	つぶし粥	魚とトマトのすり流し	じゃが芋マッシュ	白菜スープ		バナナ果汁	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	じゃが芋のつぶし煮	白菜のみそ汁		バナナ		
		後期	軟飯	魚のトマト煮	じゃが芋の煮物	白菜のみそ汁				
24	水	初期	つぶし粥	野菜ペースト	ポテトペースト	オニオンスープ		オレンジ果汁	ササミおじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥	ササミと野菜のつぶし煮	マッシュポテト	オニオンスープ		オレンジ		
		後期	軟飯	ささみの野菜煮	マッシュポテト	オニオンスープ				
25	木	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し	大根	サラダ	マッシュ	豆腐のすり流し汁	りんご果汁	さつま芋おじや 大根スープ
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮	大根	つぶし	サラダ	豆腐のみそ汁	煮りんご	
		後期	軟飯	魚の野菜煮	大根	サラダ	豆腐のみそ汁			
26	金	初期	つぶし粥	野菜ペースト	ポテト	サラダ	マッシュ	すましスープ	りんご果汁	トマト粥 南瓜スープ
		中期	全粥	鶏肉と野菜のつぶし煮	つぶし	ポテト	サラダ	すまし汁	煮りんご	
		後期	軟飯	鶏肉の煮物	ポテト	サラダ	すまし汁			
27	土	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し	さつま芋ペースト	豆腐のすり流し汁		バナナ果汁	ツナおじや オニオンスープ	
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮	さつま芋のつぶし煮	豆腐のすまし汁		バナナ		
		後期	軟飯	魚の野菜煮	さつま芋の煮物	豆腐のすまし汁				
30	火	初期	つぶし粥	野菜ペースト	ほうれん草	あえ	マッシュ	キャベツスープ	オレンジ果汁	ササミおじや ほうれん草スープ
		中期	全粥	ササミと野菜のつぶし煮	ほうれん草のつぶしあえ	キャベツのみそ汁		オレンジ		
		後期	軟飯	ささみの野菜煮	ほうれん草の和え物	キャベツのみそ汁				

※ 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(月)は昭和の日でお休みです。