



4月 離乳食こんだてひょう

旭が丘保育園

日	曜	9か月から11か月頃	12か月から18か月頃
1	火	おかゆ 野菜の煮物 野菜汁	ごはん きざみのり 春野菜の煮しめ みそ汁
2	水	おかゆ しらすと野菜の煮物 野菜スープ	ごはん しらすと野菜の煮物 大根サラダ 野菜スープ
3	木	おかゆ 野菜の煮物 野菜スープ	ごはん ふわふわオムレツ ブロッコリー 野菜スープ
4	金	おかゆ 野菜の煮物 豆腐のスープ	ごはん 八宝菜 みそ汁 果物
5	土	おかゆ 野菜のスープ 果物	ごはん ポークカレー フルーツポンチ
7	月	おかゆ 豆腐と野菜のスープ ほうれん草の煮物	わかめごはん マーボー豆腐 菜の花あえ
8	火	おかゆ 煮魚 根菜のスープ	ごはん 魚フライ コールスローサラダ 根菜と鶏肉のスープ
9	水	煮込みスパゲティ 果物	スパゲティミートソース みかんサラダ
10	木	おかゆ 豆腐と野菜のスープ ツナと野菜の煮物	ごはん 肉豆腐 ツナサラダ
11	金	おかゆ ささみと野菜の煮物 小松菜のすまし汁	ごはん 肉じゃが みそ汁
12	土	煮込みうどん 果物	肉玉うどん 金時豆煮
14	月	おかゆ ささみと野菜の煮物 豆腐と小松菜のお汁	ごはん ごま塩 鶏のから揚げ キャベツの塩もみ みそ汁
15	火	おかゆ 野菜のスープ 花野菜の煮物	ごはん クリームシチュー ハムと花野菜のサラダ
16	水	煮込みうどん 野菜の煮物	焼きそば もやしのあっさりサラダ
17	木	おかゆ 野菜の煮物 豆腐のすまし汁	ごはん サラダステーキ 三色おひたし すまし汁
18	金	おかゆ ささみと野菜の煮物 かぼちゃのお汁	ごはん ビビンバ 果物 みそ汁
19	土	おかゆ ツナと野菜の煮物 果物	ツナカレー フルーツポンチ
21	月	おかゆ 煮魚 豆腐と野菜のお汁	菜飯 いわしのごまみそ煮 野菜サラダ みそ汁
22	火	おかゆ 野菜の煮物 ささみと根菜のスープ	ポークカレー 野菜のごまサラダ
23	水	煮込みスパゲティ 野菜の煮物	スパゲティナポリタン フルーツサラダ
24	木	おかゆ 煮物 わかめスープ	ごはん 豚肉と大豆の揚げ煮 わかめスープ
25	金	おかゆ ささみと野菜の煮物 野菜スープ	ごはん おかかふりかけ 春キャベツのスープ 卵と野菜の炒め物
26	土	煮込みうどん 豆腐のスープ	焼きそば 中華風野菜スープ
28	月	おかゆ 煮魚 野菜のお汁	ごはん 白身フライ 野菜のナムル みそ汁
30	水	おかゆ 野菜の煮物 ささみと野菜のスープ	チキンカレー フレッシュサラダ
調理形態		歯茎でつぶせるかたさ バナナくらい	歯茎でかめるかたさ 肉団子くらい

食材の都合により、メニューの変更もあります