

# 離乳食献立

2026年4月

淀白鳥保育園

日付	曜日	献立名	材料	おやつ	
1 15	水	1おかゆ 2鶏ささみとひじき煮 3白菜の和え物 4すまし汁	米 鶏ささみ、ひじき、人参、玉ねぎ しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 白菜、人参、しょうゆ(うすくち) 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	5きな粉ヨーグルト きな粉、ヨーグルト	
2 16 30	木	1おかゆ 2鮭の煮つけ 3ブロッコリーの和え物 4すまし汁	米 鮭、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 ブロッコリー、人参、しょうゆ(うすくち) 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	5麩ラスク 麩	
3 17	金	1おかゆ 2鶏ミンチと野菜煮 3キャベツの和え物 4すまし汁	米 鶏ミンチ、チンゲン菜、人参 しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 キャベツ、人参、しょうゆ(うすくち) 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	5ひじきのおやき ひじき、豆腐、小麦粉	
	18	土	1貝だくさんおじや 2豆腐煮 3すまし汁	米、キャベツ、ピーマン、しめじ、鶏ささみ 昆布だし汁、しょうゆ(うすくち) 豆腐、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	4じゃが芋スティック じゃが芋
6 20	月	1おかゆ 2白身魚の煮つけ 3白菜の和え物 4すまし汁	米 たら、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 白菜、人参、しょうゆ(うすくち) 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	5きな粉マカロニ きな粉、マカロニ	
7 21	火	1おかゆ 2鶏ミンチと豆腐煮 3キャベツの和え物 4すまし汁	米 鶏ミンチ、豆腐、にんじん、(うすくち)、昆布だし汁 きゃべつ、にんじん、しょうゆ(うすくち) 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	5スイートポテト さつま芋	
8 22	水	1おかゆ 2豚ミンチと大根煮 3マカロニサラダ 4すまし汁	米 豚ミンチ、大根、にんじん、しょうゆ(うすくち) マカロニ、人参、胡瓜、しょうゆ(うすくち) 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	5キャロットヨーグルト にんじん、ヨーグルト	
9 23	木	1おかゆ 2鮭の煮つけ 3小松菜の煮びたし 4すまし汁	米 鮭、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 小松菜、人参、しょうゆ(うすくち) 昆布だし汁 人参、しょうゆ(うすくち) 昆布だし汁	5豆腐のおやき 豆腐、小麦粉	
10 24	金	1おかゆ 2鶏とじゃが芋の煮つけ 3ブロッコリーの和え物 4すまし汁	米 鶏ミンチ、じゃが芋、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 ブロッコリー、人参、しょうゆ(うすくち) 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	5わかめおじや わかめ、米	
11 25	土	1ささみおじや 2高野豆腐煮 3すまし汁	米、鶏ささみ、玉ねぎ、にんじん しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 高野豆腐、人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	4バナナ	
13 27	月	1おかゆ 2ツナとキノコ煮 3ほうれん草の和え物 4すまし汁	米 ツナ、しめじ、にんじん、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 ほうれん草、人参、しょうゆ(うすくち) 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	5トマトトースト トマト、食パン	
14 28	火	1おかゆ 2カレイの煮つけ 3南瓜煮 4すまし汁	米 カレイ、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁 南瓜、人参、しょうゆ(うすくち) 人参、しょうゆ(うすくち)、昆布だし汁	5じゃがもち じゃが芋	
<p>主食は月齢により、すりつぶし・あらずり・軟飯等 ※月曜日から土曜日まで上記に6野菜ステック煮が付きます。</p> <p>※献立、材料は都合により変更することがありますのでご了承ください。</p>					

