



4月の離乳食予定献立表



日曜日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
1	月	魚粥 さつまいも煮 スープ	米・カレイ・はくさい さつまいも ほうれん草	和風粥	米・かつお節	魚粥 さつまいも煮 スープ	米・カレイ・はくさい さつまいも・砂糖・醤油 ほうれん草・味噌	和風粥	米・かつお節
2	火	ツナ粥 ブロッコリー煮 スープ	米・ツナ・にんじん ブロッコリー だいこん菜	さつまいも煮	さつまいも	ツナ粥 ブロッコリー煮 スープ	米・ツナ・にんじん ブロッコリー・砂糖・醤油 だいこん菜・味噌	さつまいも煮	さつまいも
3	水	ささみ粥 たまねぎ煮 スープ	米・ささみ・わかめ たまねぎ なめこ	磯粥	米・青のり	ささみ粥 たまねぎ煮 スープ	米・ささみ・わかめ たまねぎ・砂糖・醤油 なめこ・味噌	磯粥	米・青のり
4	木	魚粥 こまつな煮 スープ	米・さけ・キャベツ こまつな にんじん	果物	みかん	魚粥 こまつな煮 スープ	米・さけ・キャベツ こまつな・砂糖・醤油 にんじん・味噌	果物	みかん
5	金	ツナ粥 ほうれんそう煮 スープ	米・ツナ・みずな ほうれん草 えのきたけ	きなこ粥	米・きなこ	ツナ粥 ほうれんそう煮 スープ	米・ツナ・みずな ほうれん草・砂糖・醤油 えのきたけ・味噌	きなこ粥	米・きなこ
6	土	ささみ粥 かぼちゃ煮 スープ	米・ささみ・にんじん かぼちゃ わかめ	わかめ粥	米・わかめ	ささみ粥 かぼちゃ煮 スープ	米・ささみ・にんじん かぼちゃ・砂糖・醤油 わかめ・味噌	わかめ粥	米・わかめ
8	月	魚粥 さといも煮 スープ	米・カレイ・わかめ さといも こまつな	果物	みかん	魚粥 さといも煮 スープ	米・カレイ・わかめ さといも・砂糖・醤油 こまつな・味噌	果物	みかん
9	火	ツナ粥 じゃがいも煮 スープ	米・ツナ・ブロッコリー じゃがいも だいこん	じゃけ粥	米・じゃけ	ツナ粥 じゃがいも煮 スープ	米・ツナ・ブロッコリー じゃがいも・砂糖・醤油 だいこん・味噌	じゃけ粥	米・じゃけ
10	水	ささみ粥 ほうれんそう煮 スープ	米・ささみ・にんじん ほうれん草 しめじ	かぼちゃ煮	かぼちゃ	ささみ粥 ほうれんそう煮 スープ	米・ささみ・にんじん ほうれん草・砂糖・醤油 しめじ・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ
11	木	魚粥 キャベツ煮 スープ	米・さけ・わかめ キャベツ にんじん	果物	みかん	魚粥 キャベツ煮 スープ	米・さけ・わかめ キャベツ・砂糖・醤油 にんじん・味噌	果物	みかん
12	金	ツナ粥 さつまいも煮 スープ	米・ツナ・こまつな さつまいも はくさい	和風粥	米・かつお節	ツナ粥 さつまいも煮 スープ	米・ツナ・こまつな さつまいも・砂糖・醤油 はくさい・味噌	和風粥	米・かつお節
13	土	ささみ粥 こまつな煮 スープ	米・ささみ・たまねぎ こまつな しめじ	しらす粥	米・しらす干し	ささみ粥 こまつな煮 スープ	米・ささみ・たまねぎ こまつな・砂糖・醤油 しめじ・味噌	しらす粥	米・しらす干し
15	月	魚粥 さといも煮 スープ	米・カレイ・ほうれん草 さといも わかめ	磯粥	米・青のり	魚粥 さといも煮 スープ	米・カレイ・ほうれん草 さといも・砂糖・醤油 わかめ・味噌	磯粥	米・青のり

※ 中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくトロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※ 後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※ 食材の都合により、献立が変更になることがあります。



4月の離乳食予定献立表



日曜日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
16	火	ツナ粥 ブロッコリー煮 スープ	米・ツナ・にんじん ブロッコリー こまつな	さといも煮	さといも	ツナ粥 ブロッコリー煮 スープ	米・ツナ・にんじん ブロッコリー・砂糖・醤油 こまつな・味噌	さといも煮	さといも
17	水	ささみ粥 たまねぎ煮 スープ	米・ささみ・パプリカ たまねぎ なめこ	わかめ粥	米・わかめ	ささみ粥 たまねぎ煮 スープ	米・ささみ・パプリカ たまねぎ・砂糖・醤油 なめこ・味噌	わかめ粥	米・わかめ
18	木	魚粥 にんじん煮 スープ	米・さけ・みずな にんじん えのきたけ	かぼちゃ煮	かぼちゃ	魚粥 にんじん煮 スープ	米・さけ・みずな にんじん・砂糖・醤油 えのきたけ・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ
19	金	ツナ粥 さといも煮 スープ	米・ツナ・こまつな さといも キャベツ	きなこ粥	米・きなこ	ツナ粥 さといも煮 スープ	米・ツナ・こまつな さといも・砂糖・醤油 キャベツ・味噌	きなこ粥	米・きなこ
20	土	親子遠足のため給食はありません							
22	月	ささみ粥 ほうれんそう煮 スープ	米・ささみ・にんじん ほうれん草 わかめ	さつまいも煮	さつまいも	ささみ粥 ほうれんそう煮 スープ	米・ささみ・にんじん ほうれん草・砂糖・醤油 わかめ・味噌	さつまいも煮	さつまいも
23	火	魚粥 ブロッコリー煮 スープ	米・カレイ・こまつな ブロッコリー たまねぎ	果物	みかん	魚粥 ブロッコリー煮 スープ	米・カレイ・こまつな ブロッコリー・砂糖・醤油 たまねぎ・味噌	果物	みかん
24	水	ツナ粥 さつまいも煮 スープ	米・ツナ・だいこん さつまいも えのきたけ	じゃけ粥	米・じゃけ	ツナ粥 さつまいも煮 スープ	米・ツナ・だいこん さつまいも・砂糖・醤油 えのきたけ・味噌	じゃけ粥	米・じゃけ
25	木	ささみ粥 キャベツ煮 スープ	米・ささみ・パプリカ キャベツ にら	さといも煮	さといも	ささみ粥 キャベツ煮 スープ	米・ささみ・パプリカ キャベツ・砂糖・醤油 にら・味噌	さといも煮	さといも
26	金	魚粥 かぼちゃ煮 スープ	米・さけ・チンゲン菜 かぼちゃ にんじん	和風粥	米・かつお節	魚粥 かぼちゃ煮 スープ	米・さけ・チンゲン菜 かぼちゃ・砂糖・醤油 にんじん・味噌	和風粥	米・かつお節
27	土	ツナ粥 ブロッコリー煮 スープ	米・ツナ・パプリカ ブロッコリー たまねぎ	果物	みかん	ツナ粥 ブロッコリー煮 スープ	米・ツナ・パプリカ ブロッコリー・砂糖・醤油 たまねぎ・味噌	果物	みかん

※ 中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくトロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※ 後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※ 食材の都合により、献立が変更になることがあります。

