



4月の離乳食予定献立表



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	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ ほうれん草	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
2	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも にんじん	うどん	うどん・ほうれん草	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 にんじん・味噌	うどん	うどん・ほうれん草 醤油・砂糖
4	月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー わかめ	だいこん煮	だいこん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 わかめ・味噌	だいこん煮	だいこん 醤油・砂糖
5	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん チンゲン菜	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	さつまいも煮	さつまいも 醤油・砂糖
6	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ 小松菜	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ・醤油・砂糖 小松菜・味噌	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節
7	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・じゃがいも にんじん	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・じゃがいも・醤油・砂糖 にんじん・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
8	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん キャベツ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	みかん	みかん
9	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ 小松菜	にんじん粥	米・にんじん 青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ・醤油・砂糖 小松菜・味噌	にんじん粥	米・にんじん 青のり
11	月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん わかめ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん・醤油・砂糖 わかめ・味噌	きなこ粥	米・きなこ
12	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん キャベツ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	磯粥	米・青のり
13	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー たまねぎ	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
14	木	お粥 煮物 スープ	米 とうふ・きゅうり ほうれん草	うどん	うどん・チンゲン菜	お粥 煮物 スープ	米 とうふ・きゅうり・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	うどん	うどん・チンゲン菜 醤油・砂糖
15	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ 小松菜	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ・醤油・砂糖 小松菜・味噌	にんじん煮	にんじん 醤油・砂糖

※ 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	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	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも チンゲン菜	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	きなこ粥	米・きなこ
18	月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん ほうれん草	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
19	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・じゃがいも わかめ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・じゃがいも・醤油・砂糖 わかめ・味噌	みかん	みかん
20	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー たまねぎ	じゃがいも煮	じゃがいも	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌	じゃがいも煮	じゃがいも 醤油・砂糖
21	木	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ チンゲン菜	りんごのコンポート	りんご	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	りんごのコンポート	りんご 砂糖
22	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん にんじん	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん・醤油・砂糖 にんじん・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
23	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ キャベツ	うどん	うどん・小松菜	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	うどん	うどん・小松菜 醤油・砂糖
25	月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん わかめ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん・醤油・砂糖 わかめ・味噌	磯粥	米・青のり
26	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・たまねぎ ほうれん草	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・たまねぎ・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	みかん	みかん
27	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぶ かぶの葉	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぶ・醤油・砂糖 かぶの葉・味噌	和風粥	米・かつお節
28	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん チンゲン菜	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	きなこ粥	米・きなこ
29	金	祝日＜昭和の日＞							
30	土	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゅうり にんじん	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゅうり・醤油・砂糖 にんじん・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖

※ 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。

