



令和5年 4月 離乳食献立表



日付	曜日	午前おやつ	昼食			午後おやつ			
			初期食	中期食	後期食	初期食	中期食	後期食	
3	17	月	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	3日 おかゆ 17日 人参粥 ブロッコリーのくたくた煮 だしスープ	3日 おかゆ 17日 人参粥 ブロッコリーと ささみのくたくた煮 だしスープ	3日おかゆ 17日人参粥 鶏の照り焼き サラダ菜 ブロッコリーと コーンのサラダ みそ汁	青児ミルク又は 麦茶 おかし	青児ミルク又は 麦茶 おかし	青児ミルク又は 麦茶 和風プリン
4	18	火	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	野菜あんかけ粥 マッシュポテト	野菜あんかけ粥 ツナ入りマッシュポテト	ケチャップあんかけがゆ もやしとツナの中華和え	青児ミルク又は 麦茶 人参とお麩煮	青児ミルク又は 麦茶 人参とお麩煮	青児ミルク又は 麦茶 キャロットドーナツ
5	19	水	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚のほうれん草がけ やさいスープ	おかゆ 白身魚のほうれん草がけ やさいスープ	おかゆ 白身魚の塩焼き 春野菜の炒り豆腐 みそ汁	青児ミルク又は 麦茶 おかし	青児ミルク又は 麦茶 おかし フルーツ	青児ミルク又は 麦茶 おかし フルーツ
6	20	木	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	きゃべつにゆうめん かぼちゃのあんかけ	ツナとキャベツの にゆうめん かぼちゃのあんかけ	豚キャベツうどん かぼちゃサラダ	青児ミルク又は 麦茶 人参入りおかゆ	青児ミルク又は 麦茶 人参入りお粥	青児ミルク又は 麦茶 納豆入りおかゆ
7	21	金	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ お麩と野菜煮 だしスープ	おかゆ ささみ入りお麩と野菜煮 だしスープ	おかゆ 豆腐しゅうまい サラダ菜 小松菜のナムル みそ汁	青児ミルク又は 麦茶 にゆうめん	青児ミルク又は 麦茶 にゆうめん	青児ミルク又は 麦茶 ナポリタンスパゲッティ
8	22	土	青児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜あんかけ粥 だしスープ	ツナ入り野菜あんかけ粥 だしスープ	生姜焼き丼(お粥) みそ汁	青児ミルク又は麦茶 お菓子	青児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ	青児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ
10	24	月	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚の ブロッコリーあん だしスープ	おかゆ 白身魚の ブロッコリーあん だしスープ	おかゆ 鰯の若草焼き 切り干し大根の煮物 みそ汁	青児ミルク又は 麦茶 人参入りにゆうめん	青児ミルク又は 麦茶 人参入りにゆうめん	青児ミルク又は 麦茶 中華風にゆうめん
11	火	火	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 野菜のくたくた煮 だしスープ	おかゆ ツナ入り野菜のくたくた煮 だしスープ	おかゆ 春キャベツの ロールフライ サラダ菜 大根のさっぱりあえ みそ汁	青児ミルク又は 麦茶 おかし	青児ミルク又は 麦茶 おかし	青児ミルク又は 麦茶 おかし
12	26	水	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	パン粥 トマト煮込み だしスープ	パン粥 ささみ入りトマト煮込み だしスープ	食パンジャムサンド 鶏としめじのトマト煮込み コーンスープ	青児ミルク又は 麦茶 人参粥	青児ミルク又は 麦茶 人参粥	青児ミルク又は 麦茶 12日 ひじき粥 27日 野菜入り粥
13	27	木	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	きゃべつにゆうめん じゃがいもと人参煮	きゃべつとツナの にゆうめん じゃがいもと人参煮	わかめラーメン れんこんのきんぴら	青児ミルク又は 麦茶 お麩のだし煮	青児ミルク又は 麦茶 お麩のだし煮	青児ミルク又は 麦茶 お好み焼き
14	28	金	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ きゃべつのくたくた煮 トマトスープ	おかゆ ささみ入りきゃべつの くたくた煮 トマトスープ	おかゆ 焼き肉 ポテトサラダ 中華スープ	青児ミルク又は 麦茶 パン粥	青児ミルク又は 麦茶 パン粥	青児ミルク又は 麦茶 シュガートースト
15	土	土	青児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜にゆうめん じゃが芋スープ	ささみ入り野菜にゆうめん じゃが芋スープ	春キャベツとベーコンの スパゲッティ やさいスープ	青児ミルク又は麦茶 お菓子	青児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ	青児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ
誕生会	25	火	青児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ トマトのくたくた煮 人参スープ	おかゆ ツナ入りトマトのくたくた煮 人参スープ	春色おかゆ 落とし揚げ サラダ菜 トマト すまし汁	青児ミルク又は 麦茶 ほうれん草のお粥	青児ミルク又は 麦茶 ほうれん草のお粥	青児ミルク又は 麦茶 ほうれん草のパンケーキ

※刻み食は普通食からの取り分けですが、おかずはほぼ後期食と同じです。主食はごはんになります。