



# 平成29年4月離乳食献立表 No. 1



日付		曜	初期	
14	28	金	①つぶし粥②野菜スープ 人参	野菜マッシュ ③じゃが芋④玉ねぎ
1	15	土	①つぶし粥②野菜スープ 白菜	野菜マッシュ ③人参④大根
3	17	月	①つぶし粥②野菜スープ ほうれん草	野菜マッシュ ③じゃが芋④人参
4	18	火	①つぶし粥②野菜スープ 白菜	野菜マッシュ ③さつまいも④玉ねぎ
5	/	水	①つぶし粥②野菜スープ ほうれん草	野菜マッシュ ③大根④人参
6	20	木	①つぶし粥②野菜スープ 玉ねぎ	野菜マッシュ ③人参④南瓜
7	21	金	①つぶし粥②野菜スープ キャベツ	野菜マッシュ ③さつまいも④玉葱
8	22	土	①つぶし粥②野菜スープ 玉ねぎ	野菜マッシュ ③じゃが芋④人参
10	24	月	①つぶし粥②野菜スープ 人参	野菜マッシュ ③南瓜④玉葱
11	25	火	①つぶし粥②野菜スープ 小松菜	野菜マッシュ ③人参④キャベツ
12	26	水	①つぶし粥②野菜スープ じゃが芋	野菜マッシュ ③白菜④南瓜
13	27	木	①つぶし粥②野菜スープ 玉ねぎ	野菜マッシュ ③人参④さつまいも
19	☆	水	①つぶし粥②野菜スープ 人参	野菜マッシュ ③じゃが芋④人参

☆材料の都合により献立を変更することがあります

日付	曜	午 前 食			
		中期 前半食	中期 後半食	後 期 食	
14	28	金	①5分がゆ ②大根のスープ ③玉葱と鶏そぼろ煮 ④いんげん煮	①全がゆ ②大根のスープ ③玉葱の鶏そぼろ煮 ④いんげん煮	①軟飯 ②大根のスープ ③玉葱の鶏そぼろ煮 ④いんげんソテー
1	15	土	①5分がゆ ②豆腐の清まし汁 ③鶏そぼろと白菜煮 ④胡瓜煮	①全がゆ ②豆腐の清まし汁 ③鶏そぼろと白菜煮 ④胡瓜煮	①軟飯 ②豆腐の清まし汁 ③鶏そぼろと白菜の炒め煮 ④胡瓜サラダ
3	17	月	①5分がゆ ②麩のみそ汁 ③豆腐とじゃが芋煮 ④キャベツ煮	①全がゆ ②麩のみそ汁 ③豆腐とじゃが芋煮 ④キャベツ煮	①軟飯 ②麩のみそ汁 ③豆腐とじゃが芋煮 ④キャベツサラダ
4	18	火	①5分がゆ ②白菜スープ ③じゃが芋の鶏そぼろあん ④人参煮	①全がゆ ②白菜のスープ ③じゃが芋の鶏そぼろあん ④人参煮	①軟飯 ②白菜のスープ ③じゃが芋の鶏そぼろあん ④人参サラダ
5		水	①にゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②ほうれん草煮 ③じゃが芋煮	①にゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②ほうれん草煮 ③じゃが芋煮	①にゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②ほうれん草ソテー ③じゃが芋煮
6	20	木	①5分がゆ ②麩のみそ汁 ③カレイ煮 ④チンゲン菜と人参煮	①全がゆ ②麩のみそ汁 ③カレイ煮 ④チンゲン菜と人参煮	①軟飯 ②麩のみそ汁 ③カレイチーズ焼き ④チンゲン菜と人参ソテー
7	21	金	①5分がゆ ②さつまいものみそ汁 ③豆腐煮 ④もやしと胡瓜煮	①全がゆ ②さつまいものみそ汁 ③豆腐煮 ④もやしと胡瓜煮	①軟飯 ②さつまいものみそ汁 ③豆腐ソテー ④もやしと胡瓜サラダ
8	22	土	①にゅうめん(大根・人参) ②ささみとじゃが芋煮 ③もやし煮	①にゅうめん(大根・人参) ②ささみとじゃが芋煮 ③りんご煮	①にゅうめん(大根・人参) ②鶏レバーとじゃが芋煮 ③りんご煮
10	24	月	①5分がゆ ②麩の清まし汁 ③カレイ煮 ④さつまいも煮	①全がゆ ②麩の清まし汁 ③カレイ煮 ④さつまいも煮	①軟飯 ②麩の清まし汁 ③カレイの照り焼き ④さつまいも煮
11	25	火	①5分がゆ ②南瓜のみそ汁 ③ささみのあんかけ ④小松菜煮	①全がゆ ②南瓜のみそ汁 ③ささみのあんかけ ④小松菜煮	①軟飯 ②南瓜のみそ汁 ③ささみのあんかけ ④小松菜サラダ
12	26	水	①にゅうめん(キャベツ、人参) ②豆腐のあんかけ煮 ③じゃが芋煮	①にゅうめん(キャベツ、人参) ②豆腐のあんかけ煮 ③りんご煮	①にゅうめん(キャベツ、人参) ②豆腐のあんかけ煮 ③りんご煮
13	27	木	①5分がゆ ②チンゲン菜のみそ汁 ③カレイ煮 ④人参と玉葱煮	①全がゆ ②チンゲン菜のみそ汁 ③カレイ煮 ④人参と玉葱煮	①軟飯 ②チンゲン菜のみそ汁 ③カレイのソテー ④人参と玉葱炒め
19	☆	水	①五分粥(コーン) ②キャベツのスープ ③ささみと玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①全粥(コーン) ②キャベツのスープ ③ささみと玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①軟飯(コーン) ②キャベツのスープ ③ささみと玉ねぎソテー ④ポテトサラダ

☆材料の都合により献立を変更することがあります

日付	曜	午 後 食			
		中期 前半食	中期 後半食	後 期 食	
14	28	金	①5分がゆ ②南瓜のみそ汁 ③カレイ煮 ④胡瓜と人参煮	①全がゆ ②南瓜のみそ汁 ③カレイ煮 ④胡瓜と人参煮	①軟飯 ②南瓜のみそ汁 ③カレイ煮 ④胡瓜と人参のサラダ
1	15	土	①5分がゆ ②キャベツみそ汁 ③人参としらす煮 ④じゃが芋煮	①全がゆ ②キャベツみそ汁 ③人参としらす煮 ④じゃが芋煮	①軟飯 ②キャベツみそ汁 ③人参としらす煮 ④じゃが芋炒め
3	17	月	①にゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②いんげん煮 ③かぼちゃ煮	①にゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②いんげん煮 ③りんご煮	①にゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②いんげんソテー ③りんご煮
4	18	火	①パンがゆ ②白菜のスープ ③カレイ煮 ④さつまいも煮	①パンがゆ ②白菜のスープ ③カレイ煮 ④さつまいも煮	①トースト ②白菜のスープ ③カレイ煮 ④さつまいも煮
5		水	①5分がゆ ②麩のみそ汁 ③ブロッコリーとしらす煮 ④南瓜煮	①全がゆ ②麩のみそ汁 ③ブロッコリーとしらす煮 ④南瓜煮	①軟飯 ②麩のみそ汁 ③ブロッコリーとしらすソテー ④南瓜煮
6	20	木	①5分がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③かぶの鶏そぼろあんかけ ④人参煮	①全がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③かぶの鶏そぼろあんかけ ④人参煮	①軟飯 ②玉ねぎのみそ汁 ③かぶの鶏そぼろあんかけ ④きんこ人参
7	21	金	①パンがゆ ②キャベツのスープ ③鶏そぼろと玉ねぎ煮 ④さつまいも煮	①パンがゆ ②キャベツスープ ③鶏そぼろと玉ねぎ煮 ④さつまいも煮	①チーストースト ②キャベツスープ ③鶏そぼろと玉ねぎソテー ④さつまいも煮
8	22	土	①5分がゆ ②麩のみそ汁 ③カレイ煮 ④じゃが芋ともやし煮	①全がゆ ②麩のみそ汁 ③カレイ煮 ④じゃが芋ともやし煮	①軟飯 ②麩のみそ汁 ③カレイのごま焼き ④じゃが芋ともやしソテー
10	24	月	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ②豆腐煮 ③胡瓜煮	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ②豆腐煮 ③胡瓜煮	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ②豆腐煮 ③胡瓜のサラダ
11	25	火	①5分がゆ ②キャベツのスープ ③カレイ煮 ④玉ねぎ煮	①全がゆ ②キャベツのスープ ③カレイ煮 ④玉ねぎ煮	①軟飯 ②キャベツのスープ ③カレイのソテー ④玉ねぎソテー
12	26	水	①5分がゆ ②もよしの清まし汁 ③鶏そぼろと玉ねぎ煮 ④人参煮	①全がゆ ②もよしの清まし汁 ③鶏そぼろと玉ねぎ煮 ④人参煮	①軟飯 ②もよしの清まし汁 ③鶏レバーと玉ねぎ炒め ④人参煮
13	27	木	①パンがゆ ②人参のスープ ③鶏ささみと玉ねぎ煮 ④ピーマン煮	①パンがゆ ②人参のスープ ③鶏ささみと玉ねぎ煮 ④ピーマン煮	①トースト ②人参のスープ ③鶏ささみと玉ねぎ煮 ④ピーマンソテー
19	☆	水	①5分がゆ ②玉ねぎの清まし汁 ③豆腐煮 ④胡瓜と人参煮	①全がゆ ②玉ねぎの清まし汁 ③豆腐煮 ④胡瓜と人参煮	①軟飯 ②玉ねぎの清まし汁 ③豆腐の青海苔ソテー ④胡瓜と人参煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります