

## 2024年度 4月 離乳食献立表

## ともしび保育園

| 日<br>(曜日)             | 9～11カ月頃(後期食) |                         | 日<br>(曜日)   | 9～11カ月頃(後期食)    |                                |
|-----------------------|--------------|-------------------------|---|-----------------|--------------------------------|
|                       | 献立名          | 主な材料                    |   | 献立名             | 主な材料                           |
| 1<br>15<br>(月)        | 午前食          | 軟飯 味噌汁<br>ささみ煮 きゃべつ煮    |   | 8<br>22<br>(月)  | 午前食<br>軟飯 味噌汁<br>鮭煮 いんげん煮      |
|                       | 午後食          | にゅうめん<br>麩の含め煮 りんご煮     | 米 大根 長葱 椎茸<br>鶏ささみ 玉葱 きゃべつ 人参<br>そうめん もやし 舞茸 水菜<br>麩 玉葱 きゃべつ きゅうり りんご | 午後食             | 煮込みうどん<br>納豆煮 ジャガ芋煮            |
| 2<br>16<br>(火)        | 午前食          | 煮込みうどん<br>豆腐煮 人参煮       | うどん 小松菜 万能葱 人参 きゃべつ<br>豆腐 玉葱 人参 きゅうり                                  | 9<br>23<br>(火)  | 午前食<br>トースト シチュー<br>きゃべつ煮 トマト煮 |
|                       | 午後食          | 軟飯 味噌汁<br>白身魚煮 小松菜煮     | 米 ニラ エノキ さつま芋<br>白身魚 玉葱 小松菜 人参  | 午後食             | 軟飯 味噌汁<br>麩の含め煮 三色煮            |
| 3<br>(水)<br>30<br>(火) | 午前食          | 軟飯 味噌汁<br>麩の含め煮 三色煮     | 米 きゃべつ 長葱 しめじ<br>麩 玉葱 人参 椎茸 いんげん                                      | 10<br>24<br>(木) | 午前食<br>にゅうめん<br>豆腐煮 ブロccoli煮   |
|                       | 午後食          | にゅうめん<br>ささみ煮 ほうれん草煮    | そうめん 人参 大根 しめじ 長葱<br>鶏ささみ 玉葱 ほうれん草 人参                                 | 午後食             | 軟飯 味噌汁<br>白身魚煮 いんげん煮           |
| 4<br>18<br>(木)        | 午前食          | 軟飯 味噌汁<br>肉じゃが 大根煮      | 米 わかめ エリンギ きゃべつ<br>鶏ささみ ジャガ芋 人参 玉葱 大根 きゅうり                            | 11<br>25<br>(水) | 午前食<br>軟飯 味噌汁<br>煮込みハンバーグ 人参煮  |
|                       | 午後食          | トースト スープ<br>豆腐煮 かぼちゃ煮   | パン もやし 舞茸 長葱<br>豆腐 玉葱 人参 グリンピース かぼちゃ                                  | 午後食             | 煮込みうどん<br>納豆煮 かぼちゃ煮            |
| 5<br>19<br>(金)        | 午前食          | 軟飯 味噌汁<br>マーボー豆腐 もやし煮   | 米 小松菜 ジャガ芋 しめじ<br>豆腐 豚挽肉 長葱 椎茸 人参 もやし きゅうり                            | 12<br>26<br>(金) | 午前食<br>軟飯 味噌汁<br>白身魚煮 もやし煮     |
|                       | 午後食          | 煮込みうどん<br>麩の含め煮 きゃべつ煮   | うどん 人参 ピーマン わかめ チンゲン菜<br>麩 玉葱 きゃべつ もやし                                | 午後食             | にゅうめん<br>豆腐煮 きゃべつ煮             |
| 6<br>20<br>(土)        | 午前食          | 軟飯 味噌汁<br>白身魚煮 ブロccoli煮 | 米 きゃべつ 水菜 わかめ<br>白身魚 玉葱 ブロccoli                                       | 13<br>27<br>(土) | 午前食<br>煮込みうどん<br>ささみ煮 ジャガ芋煮    |
|                       | 午後食          | にゅうめん<br>ささみ煮           | そうめん 長葱 きゃべつ 人参<br>鶏ささみ 玉葱  | 午後食             | 雑炊<br>白身魚煮                     |
|                       |              |                         |   | 17<br>(水)       | 午前食<br>軟飯 味噌汁<br>豚団子煮 人参煮      |
|                       |              |                         |   | 午後食             | にゅうめん<br>麩の含め煮 ジャガ芋煮           |

※献立内容をよくご確認の上、はじめての食材は使用予定日より前にご家庭でお試ください。

何かりましたら、ご相談ください。

※都合により献立を変更する場合があります。 \*後期食,完了食は毎食フルーツが付きます。