2023年04月　離乳食献立表

大宮みちのこ保育園

		後期食	中期食	初期食
1日	昼食	全粥 肉じゃが(豚・玉ねぎ・じゃがいも・にんじん) みそ汁(玉ねぎ・人参) バナナ	7倍かゆ かれいと野菜の軟煮(玉ねぎ・じゃがいも・にんじん) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	10倍かゆ かれいと野菜の軟煮(玉ねぎ・じゃがいも・にんじん) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	全粥 スープ(玉ねぎ・人参)	7倍かゆ スープ(玉ねぎ・人参)	10倍かゆ スープ(玉ねぎ・人参)
2日	昼食	全粥 豚肉の炒め煮(玉ねぎ) 野菜とマカロニの軟煮(人参・キャベツ・きゅうり) みそ汁(だいこん・にんじん)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(玉ねぎ) 野菜とマカロニの軟煮(人参・キャベツ・きゅうり) スープ(だいこん・にんじん)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(人参・キャベツ・きゅうり) スープ(だいこん・にんじん)
	午後	蒸しパン スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
4日	昼食	全粥 かれいの照り焼き ほうれん草の軟煮(人参) 煮豆(大豆・にんじん・だいこん) みそ汁(豆腐・人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮 ほうれん草の軟煮(人参) 煮豆(大豆・にんじん・だいこん) スープ(豆腐・人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮 ほうれん草の軟煮(人参) 野菜の軟煮(にんじん・だいこん) スープ(豆腐・人参)
	午後	全粥(しらす・にんじん) スープ(ほうれん草・にんじん)	7倍かゆ(しらす・人参) スープ(ほうれん草・人参)	10倍かゆ(しらす・人参) スープ(ほうれん草・人参)
5日	昼食	全粥 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(きゅうり・にんじん) スープ(玉ねぎ・にんじん)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・にんじん) スープ(玉ねぎ・にんじん)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・にんじん) スープ(玉ねぎ・にんじん)
	午後	トースト スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
6日	昼食	全粥 豚肉と野菜の炒め煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)　バナナ	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)　バナナ	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)　バナナ
	午後	トースト スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
7日	昼食	全粥 肉じゃが(豚・じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜煮(キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(小松菜・人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜煮(キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(小松菜・人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜煮(キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(小松菜・人参)
	午後	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
8日	昼食	野菜たっぷりビビンバ丼(全粥)(豚・人参・小松菜) 豆腐スープ(人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(人参・小松菜) 豆腐スープ(人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(人参・小松菜) 豆腐スープ(人参)
	午後	全粥 スープ(玉ねぎ・人参)	7倍かゆ スープ(玉ねぎ・人参)	10倍かゆ スープ(玉ねぎ・人参)
10日	昼食	全粥 松風焼き(鶏・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参) みそ汁(キャベツ・玉ねぎ・人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)
	午後	トースト スープ(人参・キャベツ)	パン粥 スープ(人参・キャベツ)	パン粥 スープ(人参・キャベツ)
11日	昼食	全粥 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ・人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参)
	午後	やわらか塩焼きそば(豚・キャベツ・人参) スープ(大根・人参)	パン粥 スープ(大根・人参)	パン粥 スープ(大根・人参)
12日	昼食	野菜うどん(玉ねぎ・人参) じゃがいものそぼろ煮(鶏) バナナ	とろとろうどん(かれい・玉ねぎ・人参) じゃがいもの軟煮 バナナ	とろとろうどん(かれい・玉ねぎ・人参) じゃがいもの軟煮 バナナ
	午後	全粥(玉ねぎ・人参) スープ(じゃが芋・人参)	7倍かゆ(玉ねぎ・人参) スープ(じゃが芋・人参)	10倍かゆ(玉ねぎ・人参) スープ(じゃが芋・人参)
13日	昼食	全粥 豚肉と野菜炒め煮(豚・玉ねぎ・人参・白菜) 野菜の軟煮(きゅうり・キャベツ・人参) みそ汁(玉ねぎ・大根・人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(玉ねぎ・人参・白菜) 野菜の軟煮(きゅうり・キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・大根・人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(玉ねぎ・人参・白菜) 野菜の軟煮(きゅうり・キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・大根・人参)
	午後	全粥(玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参)	7倍かゆ(玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参)	10倍かゆ(玉ねぎ・人参) スープ(白菜・人参)
14日	昼食	全粥 キッシュ(卵・キャベツ・玉ねぎ・チーズ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・キャベツ・人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・キャベツ・人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・キャベツ・人参)
	午後	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)

		後期食	中期食	初期食
15日	昼食	やわらかトマトスパゲティ(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・ツナ) バナナ	とろとろうどん(かれい・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) バナナ	とろとろうどん(かれい・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) バナナ
	午後	全粥 スープ(キャベツ・人参)	7倍かゆ スープ(キャベツ・人参)	10倍かゆ スープ(キャベツ・人参)
17日	昼食	あんかけ丼(全粥)(豚・キャベツ・人参・玉ねぎ) マカロニの軟煮(ツナ・玉ねぎ・人参) 豆腐みそ汁(人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(キャベツ・人参・玉ねぎ) マカロニの軟煮(ツナ・玉ねぎ・人参) 豆腐スープ(人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(キャベツ・人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) 豆腐スープ(人参)
	午後	トースト スープ(キャベツ・玉ねぎ)	パン粥 スープ(キャベツ・玉ねぎ)	パン粥 スープ(キャベツ・玉ねぎ)
18日	昼食	全粥 豚肉の炒め煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(にんじん・大根) スープ(チンゲン菜・人参・玉ねぎ)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(にんじん・大根) スープ(チンゲン菜・人参・玉ねぎ)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(にんじん・大根) スープ(チンゲン菜・人参・玉ねぎ)
	午後	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
19日	昼食	全粥 鶏肉のごま味噌焼き 野菜の軟煮(にんじん・小松菜) スープ(豆腐・人参・大根)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(にんじん・小松菜) スープ(豆腐・人参・大根)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(にんじん・小松菜) スープ(豆腐・人参・大根)
	午後	トースト スープ(小松菜・人参)	パン粥 スープ(小松菜・人参)	パン粥 スープ(小松菜・人参)
20日	昼食	全粥 カレイのトマトソース(玉ねぎ) キャベツの軟煮(きゅうり・ツナ) じゃが芋の軟煮(人参) みそ汁(人参・玉ねぎ)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮 キャベツの軟煮(きゅうり・ツナ) じゃが芋の軟煮(人参) スープ(人参・玉ねぎ)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮 キャベツの軟煮(きゅうり) じゃが芋の軟煮(人参) スープ(人参・玉ねぎ)
	午後	トースト スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
21日	昼食	全粥 マーボー豆腐風(豆腐・豚挽・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) みそ汁(キャベツ・人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) スープ(キャベツ・人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) スープ(キャベツ・人参)
	午後	全粥 スープ(ほうれん草・キャベツ)	7倍かゆ スープ(ほうれん草・キャベツ)	10倍かゆ スープ(ほうれん草・キャベツ)
22日	昼食	焼うどん(豚・キャベツ・玉ねぎ・人参) じゃが芋のチーズ焼き バナナ	とろとろうどん(かれい・キャベツ・玉ねぎ・人参) じゃが芋の軟煮 バナナ	とろとろうどん(かれい・キャベツ・玉ねぎ・人参) じゃが芋の軟煮 バナナ
	午後	全粥 スープ(キャベツ・人参)	7倍かゆ スープ(キャベツ・人参)	10倍かゆ スープ(キャベツ・人参)
24日	昼食	全粥 鶏肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・きゅうり) スープ(キャベツ・人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・きゅうり) スープ(キャベツ・人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・きゅうり) スープ(キャベツ・人参)
	午後	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
25日	昼食	全粥 鮭の照り焼き かぶのそぼろ煮(豚・人参・玉ねぎ) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍かゆ 鮭のとろとろ煮 かぶの軟煮(人参・玉ねぎ) スープ(人参・玉ねぎ)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮 かぶの軟煮(人参・玉ねぎ) スープ(人参・玉ねぎ)
	午後	じゃが芋の軟煮 スープ(人参・玉ねぎ)	じゃが芋の軟煮 スープ(人参・玉ねぎ)	じゃが芋の軟煮 スープ(人参・玉ねぎ)
26日	昼食	全粥 ナゲット(鶏・豆腐・玉ねぎ・人参) 野菜の煮物(大根・人参) みそ汁(豆腐・人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(豆腐・人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(豆腐・人参)
	午後	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
27日	昼食	やわらかツナトマトスパゲティ(玉ねぎ・人参・小松菜) じゃが芋の軟煮 スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	とろとろうどん(かれい・玉ねぎ・人参・小松菜) じゃが芋の軟煮 スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	とろとろうどん(かれい・玉ねぎ・人参・小松菜) じゃが芋の軟煮 スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)
	午後	全粥(しらす) スープ(キャベツ・人参)	7倍かゆ(しらす) スープ(キャベツ・人参)	10倍かゆ(しらす) スープ(キャベツ・人参)
28日	昼食	全粥 ハンバーグ(豚挽・豆腐・玉ねぎ・キャベツ) じゃが芋の軟煮(人参・きゅうり) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	7倍かゆ かれいのとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ・キャベツ) じゃが芋の軟煮(人参・きゅうり) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	10倍かゆ かれいのとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ・キャベツ) じゃが芋の軟煮(人参・きゅうり) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)
	午後	トースト スープ(人参・キャベツ)	パン粥 スープ(人参・キャベツ)	パン粥 スープ(人参・キャベツ)

※野菜スティックが毎日つきます