

令和6年 4月 離乳食献立表（午後食）

大丸ゆうし保育園

日	曜	7～8ヶ月頃 (中期)	9～11ヶ月頃 (後期)	12～15ヶ月頃 (完了期)	16ヶ月頃～ (乳児食)
1	月	おかゆ あさつきのスープ 白身魚のあんかけ煮 大根と人参の煮物	かたがゆ あさつきのスープ 白身魚のあんかけ煮 大根と人参の煮物	おかかおにぎり あさつきのスープ 白身魚と野菜のあんかけ煮	おかか焼きおにぎり
2	火	おかゆ 白菜のすまし汁 ツナと人参の煮物 じゃが芋と青菜の煮物	かたがゆ 白菜のすまし汁 ツナと人参の煮物 じゃが芋と青菜の煮物	ゆかりおにぎり 白菜のすまし汁 ツナと野菜の煮物	ツナカレートースト
3	水	おかゆ あさつきのすまし汁 しらすと大根の煮物 青菜と人参の煮物	かたがゆ あさつきのすまし汁 しらすと大根の煮物 青菜と人参の煮物	きなこおにぎり あさつきのすまし汁 しらすと野菜の煮物	わかめとしらすのおにぎり
4	木	おかゆ ねぎのすまし汁 豆腐と青菜の煮物 人参とかぼちゃの煮物	かたがゆ ねぎのすまし汁 豆腐と青菜の煮物 人参とかぼちゃの煮物	ワカメおにぎり ねぎのすまし汁 豆腐と野菜の煮物	豆腐のガトーショコラ
5	金	おかゆ キャベツのすまし汁 鮭のあんかけ煮 じゃが芋とブロッコリーの煮物	かたがゆ キャベツのすまし汁 鮭のあんかけ煮 じゃが芋とブロッコリーの煮物	青のりおにぎり キャベツのすまし汁 鮭と野菜のあんかけ煮	スパゲティナポリタン
6	土	おかゆ 白菜のすまし汁 しらすと人参の煮物 さつま芋の煮物	かたがゆ 白菜のすまし汁 しらすと人参の煮物 さつま芋の煮物	おかかおにぎり 白菜のすまし汁 しらすと野菜の煮物	クリームパン
8	月	おかゆ あさつきのみそ汁 白身魚と人参の煮物 ブロッコリーの煮物	かたがゆ あさつきのみそ汁 白身魚と人参の煮物 ブロッコリーの煮物	きなこおにぎり あさつきのみそ汁 白身魚と野菜の和え物	きなこ蒸しパン
9	火	おかゆ 大根のスープ 鮭とじゃが芋の煮物 白菜の煮物	かたがゆ 大根のスープ 鮭とじゃが芋の煮物 白菜の煮物	ゆかりおにぎり 大根のスープ 鮭と野菜の和え物	お好みマカロニ
10	水	おかゆ 玉ねぎのスープ しらすとかぶの煮物 さつま芋の煮物	かたがゆ 玉ねぎのスープ しらすとかぶの煮物 さつま芋の煮物	ワカメおにぎり 玉ねぎのスープ しらすと野菜の煮物	よもぎサブレ
11	木	おかゆ あさつきのすまし汁 白身魚と青菜の煮物 じゃが芋の煮物	かたがゆ あさつきのすまし汁 白身魚と青菜の煮物 じゃが芋の煮物	おかかおにぎり あさつきのすまし汁 白身魚と野菜の煮物	フルーツ入りゼリー
12	金	おかゆ 白菜のみそ汁 しらすとさつま芋の煮物 かぶの煮物	かたがゆ 白菜のみそ汁 しらすとさつま芋の煮物 かぶの煮物	きなこおにぎり 白菜のみそ汁 しらすと野菜の煮物	さつま芋餅のゴマ揚げ
13	土	おかゆ ねぎのスープ ひきわり納豆とブロッコリーの煮物 かぼちゃの煮物	かたがゆ ねぎのスープ ひきわり納豆とブロッコリーの煮物 かぼちゃの煮物	青のりおにぎり ねぎのすまし汁 ひきわり納豆と野菜の煮物	メロンパン
15	月	おかゆ ねぎのすまし汁 豆腐の煮物 ブロッコリーとさつま芋の煮物	かたがゆ ねぎのすまし汁 豆腐の煮物 ブロッコリーとさつま芋の煮物	ワカメおにぎり ねぎのすまし汁 豆腐と野菜の煮物	新じゃがらかし
30	火				
盛付け量の目安		主食 大さじ3 汁物 5 おかず 2 おかず 2	主食 大さじ3 汁物 5 おかず 3 おかず 3	主食 大さじ4 汁物 7 おかず 3 おかず 3	主食 大さじ6 汁物 7 おかず 3 おかず 3
<p>☆完了期食では朝の水分補給時に牛乳を提供しますが、その他の食事形態・時間帯・食事時には麦茶を提供します。</p> <p>☆豚肉・鶏肉はひき肉を、完了期食に使用するきゅうり・トマトは皮をむいてボイルしたものを使用しています。</p> <p>☆中期食からは、果物（りんご等）を提供します。</p>					