2020年度

3月 4月 離乳食献立表

※木曜日の朝までに食べていない食べられない食材にチェックをして頂き、１枚に名前を書いて持ってきてください。２週間の献立をのせています。裏も見てください。

なまえ（　　）

日付		献立名	材料名	おやつ
30月	ゴックン期	お粥　人参　キャベツ	米/にんじん/キャベツ/	ジャムサンド （食パン・ブルーベリージャム）
	モグモグ期	お粥　ささみと野菜の味噌風味煮	米/鶏ささみ/にんじん/キャベツ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　鶏肉の醤油焼き　キャベツと人参のお浸し　味噌汁	米/鶏肉/しょうゆ/にんじん/キャベツ/わかめ(乾)/しょうゆ/油揚げ/切り干しだいこん/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	軟飯　鶏肉のごまパン粉焼き　ツナわかめサラダ　味噌汁	米/鶏肉/しょうゆ/酒/にんにく/パン粉/白ごま/なたね油/ツナ/にんじん/キャベツ/わかめ(乾)/三温糖/しょうゆ/酢/塩/油揚げ/切り干しだいこん/しめじ/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
31火	休園日		1年間ありがとうございました。 離乳食という大事な成長の一場面をお手伝いすることができ嬉しく思います。 これからもお子様の健やかな成長を陰ながら応援させていただきたいと思います。 よろしくお願いします。　　給食室一同	
01水	ゴックン期	お粥　人参　大根	米/にんじん/だいこん/	コーンフレーククッキー （小麦粉・卵・三温糖・バター・コーンフレーク・干しぶどう）
	モグモグ期	お粥　ささみと根菜のだし煮	米/鶏ささみ/たまねぎ/だいこん/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/	
	カミカミ期	牛丼(お粥)　五目汁	米/牛肉/油揚げ/たまねぎ/三温糖/しょうゆ/本みりん/だしかつお/こんぶ(だし用)/鶏肉/木綿豆腐/だいこん/にんじん/さといも/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/塩/	
	パクパク期	牛丼(軟飯)　五目汁　果物	米/牛肉/油揚げ/たまねぎ/ごぼう/葉ねぎ/白ごま/酒/三温糖/しょうゆ/本みりん/だしかつお/こんぶ(だし用)/鶏肉/木綿豆腐/だいこん/にんじん/しめじ/さといも/ねぎ/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/塩/りんご/	
02木	ゴックン期	お粥　胡瓜　白菜	米/きゅうり/はくさい/	チヂミ （小麦粉・卵・豚ひき肉・玉葱・人参・にら・塩・三温糖・ごま油）
	モグモグ期	お粥　鰆の野菜あんかけ	米/さわら/きゅうり/にんじん/はくさい/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　鰆のフライ　ゆで野菜　味噌汁	米/さわら/塩/小麦粉/卵/パン粉/きゅうり/にんじん/はくさい/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	軟飯　あじのアーモンドフライ　こぶ和え　味噌汁	米/あじ/塩/こしょう/小麦粉/卵/パン粉/スライスアーモンド/なたね油/キャベツ/きゅうり/にんじん/塩こんぶ/はくさい/まいたけ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/水/小麦粉/卵/ごま油/塩/たまねぎ/豚ひき肉/にら/にんじん/ぽん酢/三温糖/ごま油/	
03金	ゴックン期	お粥　豆腐　玉葱	米/絹ごし豆腐/たまねぎ/	蒸しパン （ホットケーキ粉・三温糖・牛乳）
	モグモグ期	お粥　豆腐のぽってり煮	米/絹ごし豆腐/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　千草卵　ゆで野菜　味噌汁	米/卵/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/干しひじき/こんぶ(だし用)/だしかつお/なたね油/三温糖/しょうゆ/にんじん/絹ごし豆腐/さといも/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	軟飯　千草卵　肉ゴボウ炒め煮　味噌汁	米/卵/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/干しひじき/葉ねぎ/干ししいたけ/干し椎茸(戻し汁)/なたね油/三温糖/酒/しょうゆ/牛肉/ごぼう/にんじん/いんげんまめ(冷)/しょうが/なたね油/三温糖/しょうゆ/酒/こんぶ(だし用)/だしかつお/絹ごし豆腐/さといも/なめこ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
04土	ゴックン期	おじや	米/はくさい/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	モグモグ期	おじや	米/鶏ささみ/はくさい/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	カミカミ期	中華丼風(お粥)	米/豚肉/はくさい/にんじん/三温糖/しょうゆ/こしょう/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	パクパク期	皿うどん　果物	揚げ麺/豚肉/しょうが/酒/はくさい/にんじん/もやし/にら/三温糖/しょうゆ/こしょう/中華だしの素/片栗粉/バナナ/	

2020年度

4月

離乳食献立表

※木曜日の朝までに食べていない食べられない食材にチェックをして頂き、１枚に名前を書いて持ってきてください。２週間の献立をのせています。裏も見てください。

なまえ（　　）

日付		献立名	材料名	おやつ
06月	ゴックン期	お粥　人参　玉葱	米/にんじん/じゃがいも/	きなこ揚げパン （コッペパン・きな粉・三温糖・塩・なたね油）
	モグモグ期	お粥　鮭と野菜の味噌風味煮	米/さけ/にんじん/じゃがいも/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　鮭の塩こうじ焼き　春野菜のポテトサラダ　味噌汁	米/さけ/塩こうじ/じゃがいも/おから/鶏肉/にんじん/マヨネーズ/たまねぎ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	軟飯　鮭の塩こうじ焼き　うの花炒り煮　味噌汁	米/さけ/塩こうじ/おから/鶏肉/油揚げ/にんじん/干ししいたけ/葉ねぎ/つきこんにゃく/なたね油/しょうゆ/三温糖/酒/本みりん/じゃがいも/たまねぎ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
07火	ゴックン期	お粥　大豆　人参	米/だいず水煮缶詰/にんじん/	じゃがいものチーズ焼き （じゃがいも・とろけるチーズ・バター・コーン缶・塩・パセリ粉）
	モグモグ期	お粥　根菜のだし煮	米/だいず水煮缶詰/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　大豆のトマト煮　チンゲンサイともやしのナムル風	米/だいず水煮缶詰/牛肉/たまねぎ/にんじん/なたね油/こんぶ(だし用)/だしかつお/ホールトマト缶詰/三温糖/味噌/塩/チンゲンサイ/もやし/ツナ/塩/	
	パクパク期	軟飯　大豆と根菜のトマト煮　チンゲンサイのツナマヨ和え	米/だいず水煮缶詰/牛肉/たまねぎ/にんじん/れんこん/ごぼう/なたね油/コンソメ/ホールトマト缶詰/味噌/塩/チンゲンサイ/もやし/ツナ/マヨネーズ/塩/こしょう/	
08水	ゴックン期	お粥　人参　ほうれん草	米/にんじん/ほうれんそう/片栗粉/	ゆで野菜・果物 （いちご・さつまいも）
	モグモグ期	青菜粥　ささみの野菜あんかけ	米/ほうれんそう/鶏ささみ/にんじん/たまねぎ/レタス/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　ささみフライ　ほうれん草と人参のお浸し　スープ	米/鶏ささみ/卵/小麦粉/パン粉/なたね油/塩/ほうれんそう/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/たまねぎ/レタス/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	パクパク期	軟飯　ささみチーズフライ　ほうれん草ともやしのナムル　スープ	米/鶏ささみ/卵/小麦粉/パン粉/粉チーズ/なたね油/塩/こしょう/ほうれんそう/大豆もやし/にんじん/ごま油/しょうゆ/塩/ベーコン/たまねぎ/えのきたけ/レタス/コンソメ/塩/	
09木	ゴックン期	お粥　じゃがいも　人参	米/じゃがいも/にんじん/	メロンパントースト （食パン・小麦粉・バター・グラニュー糖）
	モグモグ期	お粥　ホコホコポテト	米/じゃがいも/鶏ささみ/にんじん/たまねぎ/だいこん/	
	カミカミ期	ハヤシライス風(お粥)　ゆで野菜	米/豚肉/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/ケチャップ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/だいこん/にんじん/	
	パクパク期	カレーライス(軟飯)　じゃこサラダ	米/豚肉/たまねぎ/にんじん/じゃがいも/しめじ/グリンピース(冷)/なたね油/カレールウ/コンソメ/水/だいこん/キャベツ/にんじん/ほうれんそう/チリメン/しょうゆ/酢/三温糖/白ごま/	
10金	ゴックン期	お粥　玉葱　お麩	米/たまねぎ/切り麩/	大学いも （さつまいも・三温糖・酢・黒ごま・なたね油）
	モグモグ期	お粥　鰆と野菜のとろっとあんかけ	米/さわら/きゅうり/たまねぎ/切り麩/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　鰆の西京焼き　ゆで野菜　すまし汁	米/さわら/白みそ/三温糖/本みりん/しょうゆ/きゅうり/たまねぎ/切り麩/ふき/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	パクパク期	軟飯　鰆の西京焼き　キャベツときゅうりのゴマ酢和え　すまし汁	米/さわら/白みそ/三温糖/本みりん/しょうゆ/キャベツ/きゅうり/すりごま/しょうゆ/酢/三温糖/たまねぎ/えのきたけ/切り麩/ふき/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
11土	ゴックン期	パン粥	食パン/たまねぎ/キャベツ/にんじん/育児用ミルク/片栗粉/	
	モグモグ期	パン粥	食パン/たまねぎ/キャベツ/にんじん/育児用ミルク/片栗粉/	
	カミカミ期	ウインナードッグ　ミネストローネスープ	ホットドッグパン/あらびきウインナー/キャベツ/塩/たまねぎ/キャベツ/にんじん/ホールトマト缶詰/三温糖/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	パクパク期	ウインナードッグ　ミネストローネスープ	ホットドッグパン/あらびきウインナー/キャベツ/カレー粉/塩/ベーコン/たまねぎ/キャベツ/セロリー/にんじん/ホールトマト缶詰/にんにく/塩/コンソメ/油/	

2020年度

4月

離乳食献立表

※木曜日の朝までに食べていない食べられない食材にチェックをして頂き、１枚に名前を書いて持ってきてください。２週間の献立をのせています。裏も見てください。

なまえ（　　）

日付		献立名	材料名	おやつ
13月	ゴックン期	お粥　胡瓜　白菜	米/きゅうり/はくさい/	プルーン入りパンケーキ （ホットケーキ粉・プルーン・三温糖・牛乳）
	モグモグ期	お粥　鰆の野菜あんかけ	米/さわら/きゅうり/はくさい/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　煮魚　きゅうりと白菜のお浸し　味噌汁	米/さわら/三温糖/しょうゆ/本みりん/きゅうり/はくさい/しょうゆ/切り干しだいこん/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	軟飯　煮魚　酢の物　味噌汁	米/さば/しょうが/三温糖/しょうゆ/本みりん/酒/かまぼこ/きゅうり/はくさい/わかめ(乾)/三温糖/酢/しょうゆ/塩/切り干しだいこん/葉ねぎ/なめこ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
14火	ゴックン期	お粥　キャベツ　人参	米/キャベツ/にんじん/	鮭わかめおにぎり （米・鮭・炊き込みわかめ）
	モグモグ期	お粥　ささみと野菜のとろとろ煮	米/鶏ささみ/キャベツ/ほうれんそう/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	ちゃんぽん　マグロの甘辛あえ	ゆで中華そば/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/もやし/にんじん/牛乳/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/塩/まぐろ/片栗粉/なたね油/しょうゆ/本みりん/三温糖/ほうれんそう/	
	パクパク期	ちゃんぽん　豚レバーの甘辛あえ　果物	ゆで中華そば/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/もやし/かまぼこ/にんじん/とうもろこし(冷)/牛乳/中華だしの素/しょうゆ/塩/こしょう/ごま油/豚レバー/片栗粉/なたね油/しょうゆ/本みりん/三温糖/水/ほうれんそう/バナナ/	
15水	ゴックン期	お粥　じゃがいも　玉葱	米/じゃがいも/たまねぎ/	パウンドケーキ （小麦粉・卵・牛乳・三温糖・バター・ベーキングパウダー）
	モグモグ期	お粥　ホコホコポテト	米/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/ほうれんそう/	
	カミカミ期	お粥　肉じゃが　ほうれん草の黄金和え	米/牛肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/三温糖/本みりん/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/ほうれんそう/卵/塩/三温糖/しょうゆ/	
	パクパク期	軟飯　肉じゃが　ほうれん草の黄金和え	米/牛肉/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/いんげんまめ(冷)/糸こんにゃく/三温糖/本みりん/酒/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/なたね油/ほうれんそう/卵/塩/三温糖/しょうゆ/	
16木	ゴックン期	お粥　ブロッコリー　人参	米/ブロッコリー/にんじん/	シュガートースト （食パン・マーガリン・グラニュー糖）
	モグモグ期	お粥　カレイと彩り野菜あんかけ	米/かれい/ブロッコリー/キャベツ/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　豚肉の醤油焼き　ゆで野菜　スープ	米/豚肉/しょうゆ/三温糖/本みりん/ブロッコリー/キャベツ/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	パクパク期	軟飯　豚肉のケチャップ焼き　ブロッコリーのおかか和え　スープ	米/豚肉/ケチャップ/ウスターソース/三温糖/本みりん/ブロッコリー/糸かつお/しょうゆ/あらびきウインナー/キャベツ/たまねぎ/にんじん/コンソメ/塩/	
17金	ゴックン期	お粥　人参　胡瓜	米/にんじん/きゅうり/	マーブル蒸しパン （ホットケーキ粉・三温糖・牛乳・ピュアココア）
	モグモグ期	お粥　鯛の彩り野菜あんかけ	米/鯛/ブロッコリー/にんじん/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	鯛粥　鶏のふんわり唐揚げ　ゆで野菜　すまし汁	米/鯛/鶏肉/しょうゆ/卵/小麦粉/片栗粉/なたね油/ブロッコリー/にんじん/手鞠麩/たまねぎ/トウミョウ/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	パクパク期	たいめし(軟飯)　鶏のふんわり唐揚げ　きゅうりの黒ごまサラダ　すまし汁	米/たい/こんぶ(だし用)/酒/しょうゆ/塩/万能ねぎ/鶏肉/しょうゆ/酒/しょうが/にんにく/卵/小麦粉/片栗粉/なたね油/きゅうり/ブロッコリー/にんじん/黒ごま/塩/しょうゆ/手鞠麩/たまねぎ/トウミョウ/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
18土	ゴックン期	おじや	米/チンゲンサイ/たまねぎ/	
	モグモグ期	おじや	米/鶏ささみ/チンゲンサイ/たまねぎ/	
	カミカミ期	豚みそ丼(お粥)	米/豚肉/チンゲンサイ/たまねぎ/なす/味噌/三温糖/しょうゆ/なたね油/	
	パクパク期	豚みそ丼(軟飯)　動物チーズ	米/豚肉/酒/塩/赤ピーマン/チンゲンサイ/たまねぎ/なす/味噌/三温糖/しょうゆ/なたね油/動物チーズ/	

2020年度

4月

離乳食献立表

※木曜日の朝までに食べていない食べられない食材にチェックをして頂き、１枚に名前を書いて持ってきてください。２週間の献立をのせています。裏も見てください。

なまえ（　　）

日付		献立名	材料名	おやつ
20月	ゴックン期	お粥　人参　キャベツ	米/にんじん/キャベツ/	きな粉おにぎり （米・きな粉・塩・三温糖）
	モグモグ期	お粥　鰆と野菜の味噌風味煮	米/さわら/にんじん/きゅうり/キャベツ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/味噌/	
	カミカミ期	お粥　焼き魚　ゆで野菜　味噌汁	米/さわら/にんじん/きゅうり/豚肉/キャベツ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	ひじきご飯(軟飯)　焼き魚　カムカムサラダ　味噌汁	米/しょうゆ/こんぶ(だし用)/油揚げ/干しひじき/にんじん/しょうゆ/酒/みりん/三温糖/あじ/切り干しだいこん/にんじん/きゅうり/もやし/しょうゆ/三温糖/塩/ごま油/豚肉/キャベツ/にら/えのきたけ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
21火	ゴックン期	お粥　お麩　胡瓜	米/切り麩/きゅうり/	ゆで野菜・果物 （じゃがいも・りんご）
	モグモグ期	卵粥　お麩のぽってり煮	米/卵(黄)/切り麩/きゅうり/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	三色どんぶり(お粥)　ささみ入り胡瓜ナムル風　すまし汁	米/しょうゆ/鶏ひき肉/三温糖/しょうゆ/卵/三温糖/塩/なたね油/ほうれんそう/しょうゆ/鶏ささみ/きゅうり/もやし/わかめ(乾)/しょうゆ/切り麩/ふき/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
	パクパク期	三色どんぶり(軟飯)　ささみ入り胡瓜ナムル　すまし汁	米/しょうゆ/鶏ひき肉/しょうが/三温糖/しょうゆ/酒/卵/三温糖/塩/なたね油/ほうれんそう/しょうゆ/鶏ささみ/きゅうり/もやし/とうもろこし(冷)/わかめ(乾)/酢/しょうゆ/三温糖/ごま油/切り麩/ふき/えのきたけ/しょうゆ/塩/こんぶ(だし用)/だしかつお/	
22水	ゴックン期	お粥　大根　人参	米/だいこん/にんじん/	蒸しようかん （こしあん・小麦粉・片栗粉・三温糖・さつまいも）
	モグモグ期	お粥　ささみと根菜煮	米/鶏ささみ/だいこん/にんじん/キャベツ/さといも/だしかつお/こんぶ(だし用)/	
	カミカミ期	お粥　筑前煮　納豆キャベツ和え	米/鶏肉/だいこん/にんじん/さといも/いんげんまめ(冷)/しょうゆ/三温糖/本みりん//だしかつお/こんぶ(だし用)/挽きわり納豆/キャベツ/にんじん/わかめ(乾)/しょうゆ/	
	パクパク期	軟飯　筑前煮　納豆マヨ和え(キャベツ)	米/鶏肉/だいこん/たけのこ(ゆで)/にんじん/ごぼう/れんこん/さといも/板こんにゃく/ちくわ/干ししいたけ/いんげんまめ(冷)/しょうゆ/三温糖/本みりん/酒/だしかつお/こんぶ(だし用)/挽きわり納豆/キャベツ/にんじん/カットわかめ/しょうゆ/マヨネーズ/糸かつお/	
23木	ゴックン期	お粥　人参　かぶ	米/にんじん/かぶ/	ジャムサンド （食パン・いちごジャム）
	モグモグ期	お粥　鰆の野菜味噌風味煮あんかけ	米/さわら/にんじん/きゅうり/かぶ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥　鰆の竜田揚げ　ゆで野菜　味噌汁	米/さわら/片栗粉/なたね油/しょうゆ/本みりん//にんじん/きゅうり/油揚げ/かぶ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
	パクパク期	軟飯　鯖の竜田揚げ　れんこんともやしのゴマ酢和え　味噌汁	米/さば/しょうが/片栗粉/なたね油/しょうゆ/本みりん/酒/れんこん/もやし/にんじん/きゅうり/すりごま/しょうゆ/酢/三温糖/なたね油/油揚げ/かぶ/しめじ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/	
24金	ゴックン期	お粥　じゃがいも　玉葱	米/じゃがいも/たまねぎ/	うどんおやき （うどん・人参・玉葱・ツナ・小麦粉・片栗粉 水・塩・しょうゆ・なたね油）
	モグモグ期	お粥　ホコホコポテト	米/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/レタス/	
	カミカミ期	お粥　鶏肉のコーンマヨ焼き　わかめサラダ　スープ	米/鶏肉/マヨネーズ/クリームコーン缶/にんじん/キャベツ/わかめ(乾)/しょうゆ/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/レタス/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	パクパク期	軟飯　鶏肉のコーンマヨ焼き　トマト入りツナわかめサラダ　スープ	米/鶏肉/マヨネーズ/クリームコーン缶/粉チーズ/パセリ粉/ツナ/にんじん/キャベツ/トマト/わかめ(乾)/三温糖/しょうゆ/酢/塩/あら/あらびきウインナー/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/レタス/コンソメ/塩/	
25土	ゴックン期	野菜うどん	ゆでうどん/にんじん/たまねぎ/はくさい/だしかつお/こんぶ(だし用)/	
	モグモグ期	野菜うどん	ゆでうどん/鶏ささみ/にんじん/たまねぎ/はくさい/だしかつお/こんぶ(だし用)/	
	カミカミ期	きつねうどん　金時煮豆	ゆでうどん/鶏肉/にんじん/たまねぎ/はくさい/しょうゆ/本みりん/三温糖/だしかつお/こんぶ(だし用)/金時豆(乾)/三温糖/塩(精製塩)/	
	パクパク期	きつねうどん　金時煮豆	ゆでうどん/鶏肉/油揚げ/にんじん/たまねぎ/はくさい/葉ねぎ/しょうゆ/本みりん/三温糖/だしかつお/こんぶ(だし用)/金時豆(乾)/三温糖/塩/	

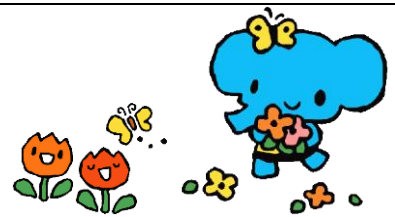
2020年度

4月

離乳食献立表

※木曜日の朝までに食べていない食べられない食材にチェックをして頂き、１枚に名前を書いて持ってきてください。２週間の献立をのせています。裏も見てください。

なまえ（　　）

日付		献立名	材料名	おやつ
27月	ゴックン期	お粥 さつまいも 白菜	米/さつまいも/はくさい/	ごまとチーズのスティックパン (ホットケーキミックス粉・卵・牛乳・おやつチーズ・三温糖・白ごま)
	モグモグ期	納豆粥 野菜のとっろと煮	米/納豆/さつまいも/にんじん/こまつな/はくさい/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	スタミナっとう丼(お粥) 高野豆腐の卵とじ・小松菜 味噌汁	米/納豆/豚ひき肉/もやし/にんじん/しょうゆ/本みりん/三温糖/高野豆腐/こまつな/卵/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/三温糖/さつまいも/はくさい/こんぶ(だし用)/いわし(煮干し)/味噌/	
	パクパク期	スタミナっとう丼(軟飯) 高野豆腐の卵とじ・小松菜 味噌汁	米/納豆/豚ひき肉/もやし/にんじん/しょうゆ/本みりん/三温糖/刻みのり/高野豆腐/こまつな/卵/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/三温糖/酒/さつまいも/はくさい/しめじ/こんぶ(だし用)/いわし(煮干し)/味噌/	
28火	ゴックン期	お粥 お麩 玉葱	米/切り麩/たまねぎ/	バナナヨーグルト (ヨーグルト・三温糖・バナナ)
	モグモグ期	お粥 ささみと野菜のだし煮	米/鶏ささみ/切り麩/はくさい/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥 すき焼き風煮 いんげんのお浸し	米/牛肉/三温糖/はくさい/焼き豆腐/たまねぎ/切り麩/こんぶ(だし用)/しょうゆ/いんげん/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/	
	パクパク期	軟飯 すき焼き風煮 いんげん胡麻和え	米/牛肉/三温糖/酒/はくさい/焼き豆腐/たまねぎ/糸こんにゃく/切り麩/葉ねぎ/こんぶ(だし用)/しょうゆ/いんげん/しょうゆ/三温糖/すりごま/	
29水	ゴックン期	昭和の日		
	モグモグ期			
	カミカミ期			
	パクパク期			
30木	ゴックン期	お粥 人参 ほうれん草	米/にんじん/ほうれんそう/片栗粉/	りんごゼリー (りんご果汁・アガー・三温糖)
	モグモグ期	ささみ粥 春野菜のだし煮	米/鶏ささみ/グリーンアスパラガス/にんじん/たまねぎ/ほうれんそう/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/	
	カミカミ期	お粥 鶏肉のパン粉焼き ゆで野菜 スープ	米/鶏肉/しょうゆ/パン粉/なたね油/グリーンアスパラガス/にんじん/たまねぎ/にんじん/ほうれんそう/こんぶ(だし用)/だしかつお/塩/	
	パクパク期	軟飯 鶏肉のごまパン粉焼き アスパラとトマトのサラダ スープ	米/鶏肉/しょうゆ/酒/にんにく/パン粉/白ごま/なたね油/グリーンアスパラガス/トマト/キャベツ/にんじん/ツナ/酢/なたね油/塩/三温糖/ベーコン/たまねぎ/にんじん/ほうれんそう/コンソメ/塩/	
01金	ゴックン期			
	モグモグ期			
	カミカミ期			
	パクパク期			
02土	ゴックン期			
	モグモグ期			
	カミカミ期			
	パクパク期			