



2023年度 4月離乳食献立



門司保育所(みどり園)

	幼児食					
	昼食	午後おやつ *は手作り	午前	昼食		午後おやつ 7か月～
				5, 6 か月～	7 か月～	
1 土	イタリアンスパゲッティ えのきだけのスープ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	ミネストローネスープ (パスタ・ミンチ・野菜・ケチャップ) キャベツスープ	さつま芋のバター焼き 野菜スープ
3 月	鶏肉のてり煮 もやしと人参のごまあえ 青梗菜のみそ汁	牛乳 *みるくりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参のミルク煮	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) みそ汁(青梗菜)	黄粉がゆ(米20) すまし汁(野菜)
4 火	カレー 野菜サラダ	牛乳 おかき おやつ昆布	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のすり流し	全がゆ(米20) 肉団子スープ(ミンチ・豆腐・野菜) 野菜サラダ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
5 水	ハンバーグ ボイルキャベツ コーンスープ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) スティック人参・野菜スープ	パンがゆ(ミルク・野菜) コーンスープ
6 木	開花煮 麩のみそ汁	牛乳 *いちご蒸しパ	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物	全がゆ(米20) 豆腐の野菜あんかけ(片栗) 麩のみそ汁(わかめ)	蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 野菜スープ
7 金	鶏のから揚げ トマト・アスパラ 野菜スープ	固形ヨーグルト クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参)	全がゆ(米20) キャベツのそぼろ煮 トマトスープ	じゃがバター 固形ヨーグルト
8 土	新年度保護者説明会					
10 月	親子うどん バナナ	牛乳 *ゆかりおにぎ	ミルク	煮込みうどん (麺・野菜・だし) バナナ	親子うどん (麺・ミンチ・卵・野菜・だし) バナナ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
11 火	煮魚 切干大根の煮物 玉ねぎのみそ汁	牛乳 *ホットケーキ	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し	全がゆ(米20) 煮魚・じゃが芋の煮物 みそ汁(玉ねぎ)	ホットケーキ (HM・ミルク・野菜) 野菜スープ
12 水	麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のだし煮(人参)	全がゆ(米20) 麻婆豆腐(ミンチ・野菜・味噌・片栗) 胡瓜サラダ(人参)	野菜がゆ(米20) すまし汁(野菜)
13 木	チキンクリームスープ コーンとかにかまのサラダ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) さつま芋のミルク煮	全がゆ(米20) ミルクスープ(ミンチ・野菜) さつまいもサラダ(人参)	パンがゆ(ミルク・野菜) 野菜スープ
14 金	豚ヒレのたった揚げ トマトと胡瓜のサラダ 豆腐のすまし汁・オレンジ	プリン	ミルク	人参おじや(米10・だし) オレンジ	肉入りおじや(米20・ミンチ・野菜) トマトと胡瓜のサラダ すまし汁(豆腐)・オレンジ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
15 土	イタリアンスパゲッティ えのきだけスープ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	ミネストローネスープ (パスタ・ミンチ・野菜・ケチャップ) キャベツスープ	さつま芋のバター焼き 野菜スープ
17 月	鶏肉のてり煮 もやしと人参のごまあえ 青梗菜のみそ汁	牛乳 *みかん蒸しパ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参のミルク煮	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) みそ汁(野菜)	蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 野菜スープ
18 火	カレー 野菜サラダ	牛乳 おかき おやつ昆布	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のすり流し	全がゆ(米20) 肉団子スープ(ミンチ・豆腐・野菜) 野菜サラダ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
19 水	ハンバーグ ボイルキャベツ コーンスープ	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	全がゆ(米20) ハンバーグ(ミンチ・豆腐・野菜) スティック人参・野菜スープ	パンがゆ(ミルク・野菜) コーンスープ
20 木	開花煮 麩のみそ汁	牛乳 *青のりトースト	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物	全がゆ(米20) 豆腐の野菜あんかけ(片栗) 麩のみそ汁(わかめ)	青のりがゆ(米20) 野菜スープ
21 金	魚のたった揚げ トマト・胡瓜もみ 玉ねぎのすまし汁	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し	全がゆ(米20) 魚の野菜あんかけ(片栗) すまし汁(野菜)	
22 土	親子うどん バナナ	牛乳 せんべい	ミルク	煮込みうどん (麺・野菜・だし) バナナ	親子うどん (麺・ミンチ・卵・野菜・だし) バナナ	おにぎり(米20・野菜) 野菜スープ
24 月	チキンクリームスープ コーンとかにかまのサラダ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) さつま芋のミルク煮	全がゆ(米20) ミルクスープ(ミンチ・野菜) さつまいもサラダ(人参)	パンがゆ(ミルク・野菜) 野菜スープ
25 火	煮魚 切干大根の煮物 玉ねぎのみそ汁	牛乳 *かぼちゃクッ	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し	全がゆ(米20) 煮魚・じゃが芋の煮物 みそ汁(玉ねぎ)	ホットケーキ (HM・ミルク・野菜) 野菜スープ
26 水	麻婆豆腐 中華きゅうり	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のだし煮(人参)	全がゆ(米20) 麻婆豆腐(ミンチ・野菜・味噌・片栗) 胡瓜サラダ(人参)	野菜がゆ(米20) すまし汁(野菜)
27 木	鶏のから揚げ トマト・アスパラ 野菜スープ	固形ヨーグルト クラッカー	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参)	全がゆ(米20) キャベツのそぼろ煮 トマトスープ	じゃがバター 固形ヨーグルト
28 金	レバーの照り煮 きゅうりともやしのごまあえ なめこと豆腐のみそ汁	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のすり流し	全がゆ(米20) レバーのトマト煮(ポテト) みそ汁(野菜)	野菜がゆ(米20) 豆腐スープ

