



離乳後期献立予定表



ベビーかろーれ 令和4年 4月

日	曜	昼食		午後おやつ		
		献立	材料	献立名	材料	
1	15	金	5倍がゆ ささみと野菜の煮物 わかめのすまし汁	精白米、昆布出汁、ささみ、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、アスパラ、わかめ、ねぎ	青菜としらすのおにぎり	精白米、小松菜、しらす、ごま
2	16	土	5倍がゆ とりひき肉と野菜の煮物 青菜のスープ	精白米、昆布出汁、とりひき肉、たまねぎ、ピーマン、キャベツ、ほうれんそう	蒸しパン	ホットケーキミックス。牛乳
4	18	月	5倍がゆ しらすと野菜の煮物 かぶのスープ	精白米、昆布出汁、しらす、ひじき、にんじん、いんげん、じゃがいも、かぶ、たまねぎ	バナナサンド	食パン、ヨーグルト、バナナ
5	19	火	5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 ちんげん菜のスープ	精白米、昆布出汁、豆腐、にんじん、ねぎ、キャベツ、ちんげん菜	きなこラスク	食パン、きな粉
6	20	水	ささみと野菜の煮込みうどん かぼちゃの味噌汁	うどん、昆布出汁、ささみ、ねぎ、しいたけ、だいこん、にんじん、かぼちゃ	ふかしいも	さつまいも
7	21	木	5倍がゆ しらすと野菜の煮物 かぶの味噌汁	精白米、昆布出汁、しらす、たまねぎ、キャベツ、もやし、ほうれんそう、かぶ	にんじん蒸しパン	ホットケーキミックス、牛乳、にんじん
8	22	金	5倍がゆ とりひき肉と野菜の煮物 オニオンスープ	精白米、昆布出汁、とりひき肉、たまねぎ、アスパラ、キャベツ、にんじん	フルーツゼリー	りんごジュース、フルーツ缶（もも等）
9	23	土	豆腐と野菜の煮込みうどん わかめスープ	うどん、昆布出汁、豆腐、キャベツ、にんじん、しいたけ、ほうれんそう、わかめ、ねぎ	焼きおにぎり	精白米、ごま
11	25	月	5倍がゆ とりひき肉と野菜の煮物 ほうれんそうのスープ	精白米、昆布出汁、とりひき肉、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう	フルーツヨーグルト	ヨーグルト、フルーツジャム、フルーツ缶（もも・りんご）
12	26	火	5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 えのきのみそ汁	精白米、昆布出汁、白身魚、にんじん、ほうれんそう、キャベツ、えのき、ねぎ	お野菜スープ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、じゃがいも、しめじ、トマト
13	27	水	豆腐と野菜の煮込みうどん キャベツの味噌汁	うどん、昆布出汁、豆腐、にんじん、いんげん、たまねぎ、じゃがいも、キャベツ	牛乳かん	牛乳、寒天、みかん缶
14	28	木	5倍がゆ しらすと野菜の煮物 コーンのスープ	精白米、昆布出汁、しらす、キャベツ、フロッコリー、ほうれんそう、コーン、たまねぎ	五平もち	精白米、ごま
-	30	土	5倍がゆ ささみと野菜の煮物 にんじんスープ	精白米、昆布出汁、ささみ、たまねぎ、じゃがいも、にんじん	バナナヨーグルト	ヨーグルト、バナナ

午前の子供用おやつについて
月齢や、個々の成長に応じたもの（ポーロ、おせんべいなど）を提供します。（生活リズムにより提供しないこともあります）

※都合により献立を変更することがございます。ご了承ください。

