

# 献立表 4月

		もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9~11ヶ月)	かみかみ おやつ
1	月	おかゆ マーボー豆腐(鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・ブロッコリー) はるさめのやわらか煮(はるさめ・きゅうり・人参) パナナ	軟飯 マーボー豆腐 はるさめのやわらか煮 パナナ	りんご ゼリー
2	火	おかゆ 大根のそぼろ煮(大根・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・ブロッコリー) 煮りんご(りんご)	軟飯 大根のそぼろ煮 煮りんご	食パン
3	水	おかゆ 豆腐と野菜の旨煮(豆腐・人参・白菜・鮫) しらすのやわらか煮(人参・きゅうり・しらす)	軟飯 豆腐と野菜の旨煮 しらすのやわらか煮	米粉 マフィン
4	木	おかゆ 白身魚の豆乳煮(白身魚・玉ねぎ・キャベツ・豆乳) みそ汁(さつま芋・大根・人参)	軟飯 白身魚の豆乳煮 みそ汁	せんべい
5	金	おかゆ ポトフ(じゃが芋・人参・玉ねぎ・ささみ・ブロッコリー) やわらか煮(きゅうり・わかめ・人参)	軟飯 ポトフ やわらか煮	ウエハース
6	土	にゅうめん(そうめん・鶏ひき肉・キャベツ・人参) 煮野菜(かぼちゃ)	にゅうめん 煮野菜	
8	月	おかゆ 鶏団子煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・人参・ブロッコリー) みそ汁(豆腐・玉ねぎ・わかめ)	軟飯 鶏団子煮 みそ汁	せんべい
9	火	おかゆ そぼろ煮(鶏ひき肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・小松菜) やわらか煮(きゅうり・人参・しらす)	軟飯 そぼろ煮 やわらか煮	マカロニ きな粉
10	水	おかゆ 白身魚の豆乳煮(白身魚・玉ねぎ・ブロッコリー・豆乳) そうめん汁(そうめん・人参・玉ねぎ・鮫)	軟飯 白身魚の豆乳煮 そうめん汁	ヨーグルト
11	木	おかゆ トマト煮(じゃが芋・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・トマト缶) やわらか煮(キャベツ・人参・しらす)	軟飯 トマト煮 やわらか煮	蒸しパン
12	金	おかゆ 豆腐のしらすあんかけ(豆腐・しらす・人参・玉ねぎ・小松菜) みそ汁(わかめ・じゃが芋・人参)	軟飯 豆腐のしらすあんかけ みそ汁	ウエハース
13	土	スパスープ(スパゲティ・玉ねぎ・人参・鶏ひき肉) 煮野菜(かぼちゃ)	スパスープ 煮野菜	
15	月	食パン 豆乳シチュー(鶏ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆乳) やわらか煮(ブロッコリー・キャベツ・人参)	食パン 豆乳シチュー やわらか煮	雑炊
16	火	おかゆ 白身魚の炊き合わせ(白身魚・小松菜・玉ねぎ) はるさめスープ(はるさめ・人参・玉ねぎ・ブロッコリー)	軟飯 白身魚の炊き合わせ はるさめスープ	せんべい
17	水	おかゆ 鶏団子煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・わかめ) かぼちゃサラダ(かぼちゃ・きゅうり)	軟飯 鶏団子煮 かぼちゃサラダ	ヨーグルト
18	木	おかゆ 肉じゃが(じゃが芋・鶏ささみ・人参・玉ねぎ・いんげん) やわらか煮(キャベツ・人参・きゅうり)	軟飯 肉じゃが やわらか煮	せんべい
19	金	おかゆ 豆腐のそぼろあんかけ煮(豆腐・鶏ひき肉・人参・小松菜・玉ねぎ) 煮野菜(かぼちゃ・ブロッコリー)	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ煮 煮野菜	ウエハース
20	土	煮込みうどん(うどん・人参・ブロッコリー・鶏ひき肉) 煮野菜(かぼちゃ)	煮込みうどん 煮野菜	
22	月	おかゆ 味噌ポトフ(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・小松菜) マカロニのやわらか煮(マカロニ・キャベツ・きゅうり・人参)	軟飯 味噌ポトフ マカロニのやわらか煮	お豆腐 パンケーキ
23	火	おかゆ さつま芋の旨煮(さつま芋・鶏ささみ・人参・玉ねぎ・ブロッコリー) やわらか煮(キャベツ・ひじき・人参)	軟飯 さつま芋の旨煮 やわらか煮	ウエハース
24	水	おかゆ 鶏団子の豆乳スープ(鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・テンゲン菜・豆乳) 豆腐のあんかけ(豆腐・ブロッコリー・人参)	軟飯 鶏団子の豆乳スープ 豆腐のあんかけ	米粉 マフィン
25	木	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮(かぼちゃ・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・いんげん) しらすのやわらか煮(しらす・キャベツ・きゅうり)	軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 しらすのやわらか煮	ヨーグルト
26	金	おかゆ トマト煮(鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・キャベツ・じゃが芋・トマト缶) わかめスープ(わかめ・人参・玉ねぎ)	軟飯 トマト煮 わかめスープ	せんべい
27	土	あんかけうどん(うどん・人参・ブロッコリー・しらす) 煮野菜(かぼちゃ)	あんかけうどん 煮野菜	
29	月	昭和の日		
30	火	おかゆ 鶏団子煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・小松菜) みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ・わかめ)	軟飯 鶏団子煮 みそ汁	米粉 マフィン