

令和 7年度 4月 離乳食献立表

| 日 | 曜 | 中期 (ステップ2) | 後期 (ステップ3) | 完了期 (ステップ4) |
|----|---|--|---|--|
| 1 | 火 | おかゆ 70 鶏ささみの薄く煮つぶし 20 キャベツの軟らか煮つぶし 20 味噌汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 鶏ささみの薄く煮つぶし 25 キャベツと玉ねぎの軟らか煮 25 味噌汁 (麩) 90 ミルク | ごはん 70 ポークビーンズ刻み サワークラフト刻み 味噌汁 (麩) 除えのきだけ |
| 14 | 月 | ミルク | ミルク ベビー菓子 | ヨーグルト ベビー菓子 |
| 2 | 水 | おかゆ 70 白身魚の薄く煮つぶし 20 きゅうりの軟らか煮つぶし 20 味噌汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 白身魚の薄く煮つぶし 25 きゅうりと人参の軟らか煮 25 味噌汁 (絹豆腐) 90 ミルク | ごはん 70 かじきの竜田揚げ刻み 切干大根の和え物刻み 味噌汁 (絹豆腐・長ねぎ) バナナ |
| 16 | 水 | ミルク | ミルク 煮込みスパゲティ (玉ねぎ・青のり) | 牛乳 和風ツナスパゲッティ刻み |
| 3 | 木 | パンがゆ 70 麩の薄く煮つぶし 20 じゃがいもの軟らか煮つぶし 20 清汁 (汁のみ) 70 ミルク | スティックロールパン 25 麩の薄く煮つぶし 25 じゃがいもと小松菜の軟らか煮 25 清汁 (人参) 90 ミルク | スティックロールパン 35 ポテトミートグラタン刻み 野菜ソテー刻み コンソメスープ (小松菜) 除コーン |
| 15 | 火 | ミルク | ミルク おじや (しらす) | 牛乳 わかめごはん |
| 4 | 金 | おかゆ 70 絹豆腐の薄く煮つぶし 20 人参の軟らか煮つぶし 20 清汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 絹豆腐の薄く煮つぶし 25 人参と玉ねぎの軟らか煮 25 ~人参ときゅうりのおひたし刻み 20 清汁 (わかめ) 90 ミルク | ごはん 70 生揚げの味噌炒め刻み 三色おひたし刻み 清汁 (わかめ) 除竹輪 バナナ |
| 18 | 金 | ミルク | ミルク じゃがいもの軟らか煮 | 牛乳 じゃがバター |
| 5 | 土 | おかゆ 70 麩の薄く煮つぶし 20 じゃがいもの軟らか煮つぶし 20 味噌汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 麩の薄く煮つぶし 25 じゃがいもの磯和え刻み 25 味噌汁 (キャベツ) 90 ミルク | ごはん 70 鶏肉の照り焼き刻み じゃがいもの磯和え刻み 味噌汁 (キャベツ) 除コーン |
| 19 | 土 | ミルク | ミルク ベビー菓子 | 牛乳 ベビー菓子 |
| 7 | 月 | おかゆ 70 鶏ささみの薄く煮つぶし 20 大根の軟らか煮 20 味噌汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 鶏ささみの薄く煮つぶし 25 大根と人参の軟らか煮 25 味噌汁 (わかめ) 90 ミルク | ごはん 70 鶏ひき肉のつくね焼き刻み 野菜の旨煮刻み 味噌汁 (わかめ・玉ねぎ) 清見オレンジ |
| 25 | 金 | ミルク | ミルク ベビー菓子 | 牛乳 ベビー菓子 |
| 8 | 火 | おかゆ 70 麩の薄く煮つぶし 20 小松菜の軟らか煮 20 清汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 ふわふわオムレツ 25 小松菜と玉ねぎの軟らか煮 25 ~小松菜のソテー刻み (除コーン) 20 清汁 (人参) 90 ミルク | ごはん 70 ひじき入り卵焼き刻み 小松菜のソテー刻み (除コーン) 清汁 (人参) 除しめじ |
| 22 | 火 | ミルク | ミルク 豆腐のケーキ | 牛乳 豆腐と黒糖のケーキ (除レーズン) |
| 9 | 水 | 煮込みうどん (人参・ほうれん草) 90 白身魚の薄く煮つぶし 20 ブロッコリーの軟らか煮つぶし 20 ミルク | 煮込みうどん (人参・ほうれん草) 110 白身魚の薄く煮つぶし 25 ブロッコリーと人参の軟らか煮 25 ミルク | 煮込みうどん 130 魚の変わり焼き刻み 彩り野菜のピクルス風刻み (除コーン) バナナ |
| 23 | 水 | ミルク | ミルク おじや (青のり) | 麦茶 青のりとごまのおにぎり |

赤字：ステップ後半

| 日 | 曜 | 中期 (ステップ2) | 後期 (ステップ3) | 完了期 (ステップ4) |
|----|---|---|--|---|
| 10 | 木 | おかゆ 70 鶏ささみの薄く煮つぶし 20 さつまいもの軟らか煮つぶし 20 味噌汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 鶏ささみの薄く煮つぶし 25 さつまいもときゅうりの軟らか煮 25 ~マカロニサラダ刻み (除ハム) 20 味噌汁 (麩) 90 ミルク | ごはん 70 豚肉の生姜焼き刻み マカロニサラダ刻み (除ハム) 味噌汁 (長ねぎ・さつまいも) |
| 24 | 木 | ミルク | ミルク ベビー菓子 | 牛乳 りんご寒天 |
| 11 | 金 | おかゆ 70 絹豆腐の薄く煮つぶし 20 キャベツの軟らか煮つぶし 20 味噌汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 絹豆腐の薄く煮つぶし 25 キャベツと人参の軟らか煮 25 味噌汁 (大根) 90 ミルク | ごはん 70 鶏肉と大豆の旨煮刻み キャベツの胡麻和え刻み 味噌汁 (油揚げ・大根) 清見オレンジ |
| 21 | 金 | ミルク | ミルク スティック食パン | 牛乳 ジャムパン |
| 12 | 土 | おかゆ 70 麩の薄く煮つぶし 20 玉ねぎの軟らか煮つぶし 20 清汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 麩の薄く煮つぶし 25 玉ねぎの軟らか煮 25 清汁 (人参) 90 ミルク | ごはん 70 じゃがいものカントリー煮刻み ひじきのサラダ刻み (除コーン) 春雨スープ (除ハム) |
| 26 | 土 | ミルク | ミルク ベビー菓子 | 牛乳 ベビー菓子 |
| 17 | 木 | おかゆ 70 鶏ささみの薄く煮つぶし 20 ほうれん草の軟らか煮つぶし 20 清汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 鶏ささみの薄く煮つぶし 25 ほうれん草とじゃがいもの軟らか煮 25 ~しらす和え刻み 20 清汁 (人参) 90 ミルク | ごはん 75 ライオンミルクカレー 130 しらす和え刻み 清見オレンジ |
| 17 | 木 | ミルク | ミルク ミルク蒸しパン | ジョア (マスカット) ライオンのミルク蒸しパン |
| 28 | 月 | おかゆ 70 鶏レバーの薄く煮つぶし 20 人参の軟らか煮つぶし 20 味噌汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 鶏レバーの薄く煮つぶし 25 人参とアスパラガス (穂先) の軟らか煮 25 味噌汁 (小松菜) 90 ミルク | ごはん 70 レバーの甘辛煮刻み アスパラガスのサラダ刻み (除コーン) 味噌汁 (凍り豆腐・小松菜) |
| 28 | 月 | ミルク | ミルク ベビー菓子 | 牛乳 ベビー菓子 |
| 30 | 水 | おかゆ 70 鶏ささみの薄く煮つぶし 20 ほうれん草の軟らか煮つぶし 20 清汁 (汁のみ) 70 ミルク | おかゆ~軟飯 90~80 鶏ささみの薄く煮つぶし 25 ほうれん草とじゃがいもの軟らか煮 25 ~しらす和え刻み 20 清汁 (人参) 90 ミルク | ごはん 75 ミルクカレー 130 しらす和え刻み バナナ |
| 30 | 水 | ミルク | ミルク ミルク蒸しパン | 牛乳 ミルク蒸しパン |

☆誕生会☆

赤字：ステップ後半