

令和 7年度 4月離乳食献立表

	ごっくん期(初期)	もぐもぐ期(中期)	かみかみ期(後期)	ばくばく期(完了期)	おやつ		ごっくん期(初期)	もぐもぐ期(中期)	かみかみ期(後期)	ばくばく期(完了期)	おやつ
名						名					
前						前					
月			和風野菜ハンバーグ		バナナとココアの	月			春キャベツの味噌炒め		りんごと
14日			小松菜のさっと煮		マフィン	7日			じゃが芋のそぼろ煮		さつま芋の甘煮
28日			キャベツと厚揚げの味噌汁			21日			けんちん汁		
			軟飯(ご飯)						軟飯(ご飯)		
火			鶏肉と大豆のトマト煮		キャベツのお焼き	火			大豆玉葱じゃこさやいんげん		スティックパンの
1日			かぶとツナの和え物			⑧日			のつぶし煮		カリカリ焼き
⑮日			さつま芋の味噌汁			22日			野菜のひじき和え		(パン粥)
			軟飯(ご飯)						南瓜の味噌汁 / 軟飯(ご飯)		
水			カレーライス		2・16日	水			かぶのクリームシチュー		フルーツゼリー
2日			(28品目不使用ルウ使用)		ふわふわせんべい	9日			スナップエンドウと		
16日			グリーンサラダ		30日 フルーツ入り	23日			ささみの和え物		
30日			軟飯(ご飯)		ヨーグルト				軟飯(ご飯)		
木			切干大根の炒め煮		スティックパンの	木			すき焼き風煮		キャロットケーキ
3日			高野豆腐の炊き合わせ		カリカリ焼き	10日			ほうれん草のポン酢和え		
17日			青菜のすまし汁		(パン粥)	⑳日			じゃが芋の味噌汁		
			軟飯(ご飯)						軟飯(ご飯)		
金			鰯の木の芽焼き		具入りおにぎり	金			カレイのソテー		豆乳くずもち
4日			南瓜の含め煮 / 軟飯(ご飯)		(具入りお粥)	11日			和風ポテトサラダ		
18日			ほうれん草と人参の柔らか煮			25日			具だくさんのスープ		
			豆腐とわかめの味噌汁						軟飯(ご飯)		
土			カレーうどん		ふわふわせんべい	土			中華そば		ふわふわせんべい
5日			(28品目不使用ルウ使用)			12日					
19日						26日					
麵			タン麺			弁			鶏そぼろご飯		
の						当			かぶの味噌汁		
日						日			さつま芋とブロッコリーの		
8日						15日			炒め物		
						誕			しらす入りお粥 / 苺		
						生			鶏肉のソテー		
						日			春キャベツと胡瓜の和え物		
						24日			豆腐のすまし汁		

※最初は月齢よりゆっくりのペースで進めていきます。

※ミルク煮は粉ミルクを使っています。白身魚は鯛を使用しています。

※8か月頃までは昆布だしを使用→9か月頃から、鰹・昆布の混合だしを使用していき、徐々に薄味をつけていきます。

※おやつ(補食として)は中期頃から始めていきます。

※離乳食献立は主に給食献立内の食材を使用していますが、練り製品・こんにやくなどは使用しません。

また生姜やにんにくは12か月を過ぎた頃から風味付け程度に使用することがあります。

※完了期(12か月)頃からカレールウも使用していきますが、つくし組さんではアレルギーを含まない乳児用のルウを使用します。

※献立で使用する食材は、事前に一度ご家庭で少量からお試ください。