

# 4月の献立表 <乳児食>



トライアングル スマイル

2024年度

日にち	初期	中期	後期	主な材料
1 15	月 おかゆ スープ 高野豆腐ペースト 人参・さつまいもペースト 果物	おかゆ 味噌汁 高野豆腐と野菜煮 ひじきのとろとろ煮 果物	おかゆ 味噌汁 高野豆腐の卵とじ ひじきのやわらか煮 果物	高野豆腐 卵 人参 たまねぎ ひじき さつまいも
2 16	火 おかゆ スープ 魚ペースト 大根・ほうれん草ペースト 果物	おかゆ スープ 魚と野菜煮 大根のとろとろ煮 果物	おかゆ スープ 魚と野菜煮 大根のやわらか煮 果物	鱈 人参 大根 ほうれん草
3 17	水 おかゆ スープ 豆腐ペースト きゃべつ・たまねぎペースト 果物	おかゆ 味噌汁 豆腐と野菜煮 きゃべつのとろとろ煮 果物	おかゆ 味噌汁 豆腐と野菜煮 きゃべつをやわらか煮 果物	豆腐 人参 たまねぎ きゃべつ
4 18	木 おかゆ スープ 高野豆腐ペースト コーン・人参ペースト ヨーグルト	おかゆ スープ 鶏肉と野菜煮 コーンとろとろ煮 ヨーグルト	おかゆ スープ 鶏肉と野菜煮 納豆和え ヨーグルト	鶏肉 高野豆腐 ひきわり納豆 コーン 人参 たまねぎ きゃべつ
5 19	金 おかゆ スープ 魚ペースト きゅうり・青梗菜ペースト 果物	おかゆ スープ 魚と野菜煮 きゅうりのとろとろ煮 果物	おかゆ スープ 魚と野菜煮 きゅうりのやわらか煮 果物	鱈 人参 たまねぎ きゅうり 青梗菜
6 20	土 おかゆ スープ 豆腐ペースト 小松菜・人参ペースト 果物	おかゆ 味噌汁 豆腐と野菜煮 小松菜のとろとろ煮 果物	おかゆ 味噌汁 豆腐と野菜煮 小松菜のやわらか煮 果物	豆腐 人参 たまねぎ 小松菜
8 22	月 おかゆ スープ 豆腐ペースト 大根・白菜ペースト 果物	おかゆ スープ 豆腐と野菜煮 大根のとろとろ煮 果物	おかゆ スープ 豆腐と野菜煮 大根のやわらか煮 果物	豆腐 人参 大根 白菜
9 23	火 おかゆ スープ 魚ペースト きゃべつ・人参ペースト 果物	おかゆ スープ 魚と野菜煮 きゅうりのとろとろ煮 果物	おかゆ スープ 魚と野菜煮 きゅうりのやわらか煮 果物	鮭 きゃべつ 人参 きゅうり ほうれん草
10 24	水 おかゆ スープ 高野豆腐ペースト コーン・人参ペースト 果物	おかゆ 味噌汁 ささみと野菜煮 コーンのとろとろ煮 果物	おかゆ 味噌汁 鶏肉と野菜煮 コーンのやわらか煮 果物	鶏肉 高野豆腐 人参 たまねぎ コーン きゅうり
11 25	木 おかゆ スープ 魚ペースト たまねぎ・人参ペースト ヨーグルト	おかゆ スープ 魚と野菜煮 おからのとろとろ煮 ヨーグルト	おかゆ スープ 魚と野菜煮 おからのとろとろ煮 ヨーグルト	かじき 鱈 おから たまねぎ 人参
12 26	金 おかゆ スープ 高野豆腐ペースト 人参・じゃがいもペースト 果物	おかゆ スープ 鶏肉と野菜煮 じゃがいものとろとろ煮 果物	おかゆ スープ 鶏肉と野菜煮 紅白煮 果物	鶏肉 高野豆腐 大根 人参 じゃがいも
13 27	土 おかゆ スープ 高野豆腐ペースト 小松菜・大根ペースト 果物	おかゆ 味噌汁 鶏肉と野菜煮 小松菜のとろとろ煮 果物	おかゆ 味噌汁 豚肉と野菜煮 納豆和え 果物	豚肉 鶏肉 高野豆腐 ひきわり納豆 たまねぎ 小松菜 大根
29	月			
30	火 おかゆ スープ 豆腐ペースト 小松菜・たまねぎペースト 果物	おかゆ スープ 豆腐と野菜煮 たまねぎのとろとろ煮 果物	おかゆ スープ 豆腐と野菜煮 たまねぎのやわらか煮 果物	豆腐 人参 たまねぎ 小松菜

園の行事・材料の都合などで献立を変更する事があります。  
おやつは、牛乳または麦茶と一緒にいただきます。  
カロリー・タンパク質は昼食のみの数値です。  
夕方のおやつは120kcalを目安にしています。

食育

<今月のテーマ>



「あいさつをしよう！」