



2024年04月



4月献立表



宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材 料 名			
			【赤】 血や肉や骨になるもの	【黄】 熱と力になるもの	【緑】 体の調子を整えるもの	その他調味料
1月	☆入園式☆ カレーライス ブロッコリーサラダ わかめスープ	有機無調整豆乳 青菜おにぎり	○有機無調整豆乳、豚肉、ツナ油漬缶	○米、米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、えのきたけ、○青菜ふりかけ、ねぎ、カットわかめ	カレーパウダー、しょうゆ、食塩、和風ドレッシング
2火	ごはん 肉とうふ煮 ナムル じゃが芋みそ汁	有機無調整豆乳 さつま芋蒸しケーキ バナナ	○有機無調整豆乳、沖縄豆腐、豚肉、○調製豆乳、みそ、○こしあん(生)、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、しらたき、○さつまいも、○油、○黒砂糖、油、ごま油	○バナナ、にんじん、こまつな、しめじ、長ねぎ、生しいたけ、たまねぎ、きゅうり、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酢
3水	ごはん 鶏肉マーマレード煮 ブロッコリー炒め キャベツみそ汁	有機無調整豆乳 オートミールクッキー オレンジ	○有機無調整豆乳、鶏もも肉、みそ、○牛乳	米、○小麦粉、○無塩バター、○黒砂糖、○オートミール、油、○黒ごま	○オレンジ、ブロッコリー、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、マーマレード、カットわかめ	しょうゆ、食塩
4木	あわごはん 肉じゃが おかか和え 大根みそ汁	有機無調整豆乳 ツナコーンパン	○保育乳、豚肉、みそ、○ツナ油漬缶	米、○食パン、じゃがいも、○マヨネーズ、あわ	たまねぎ、だいこん、キャベツ、にんじん、しめじ、こまつな、○コーン缶、○赤ピーマン、○黄ピーマン、○ピーマン、ねぎ	みりん、しょうゆ
5金	ごはん 鶏の甘辛煮 切干大根の和え物 ポテトスープ	有機無調整豆乳 黒糖ちんすこう りんご	○有機無調整豆乳、鶏もも肉、厚揚げ、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、○小麦粉、○ラード、○黒砂糖、○黒砂糖、油	○りんご、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、生しいたけ、切り干しだいこん	みりん、しょうゆ、食塩
6土	そばろどんぶり オレンジ	有機無調整豆乳	○有機無調整豆乳、豚ひき肉	米、油	こまつな、パイン缶、にんじん、コーン缶、しょうが	みりん、しょうゆ、食塩
8月	ごはん マーボー豆腐 ナムル 大根と鶏のスープ	有機無調整豆乳 芋かりんとう オレンジ	○有機無調整豆乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、鶏もも肉、みそ、ツナ油漬缶	○さつまいも、米、○黒砂糖、○揚げ油、油、黒砂糖、ごま油、○白ごま、黒砂糖、片栗粉	○オレンジ、だいこん、にんじん、もやし、こまつな、長ねぎ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、にんにく	しょうゆ、みりん、酢、食塩
9火	ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 青菜スープ	有機無調整豆乳 黄桃蒸しケーキ バナナ	○有機無調整豆乳、鶏ひき肉、豚肉、○調製豆乳、○こしあん(生)、みそ	米、○ホットケーキ粉、パン粉、○油、○黒砂糖、油、白ごま	○バナナ、たまねぎ、こまつな、もやし、もも缶、にんじん、えのきたけ、コーン缶、ピーマン、黄ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ	みりん、しょうゆ、食塩
10水	麦ごはん おかか納豆 ブロッコリー炒め 豚汁	有機無調整豆乳 わかめおにぎり	○有機無調整豆乳、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	○米、米、じゃがいも、押麦、油	ブロッコリー、にんじん、ごぼう、コーン缶、長ねぎ、○わかめふりかけ	しょうゆ、みりん、食塩
11木	ごはん 豚と野菜しょうが焼き ポテトフライ 豆腐スープ	有機無調整豆乳 チヂミ オレンジ	○有機無調整豆乳、豚肉、○調製豆乳、沖縄豆腐、○ツナ油漬缶	じゃがいも、米、○小麦粉、○上新粉、揚げ油、油、○黒砂糖、○ごま油、黒砂糖、片栗粉	○パイン缶、こまつな、たまねぎ、にんじん、○コーン缶、○たまねぎ、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干しだいこん、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、みりん、○しょうゆ、○食塩、食塩
12金	みそすき丼 おかか和え オレンジ	有機無調整豆乳 人参ツナおにぎり	○有機無調整豆乳、沖縄豆腐、豚肉、○ツナ油漬缶、みそ	○米、米、しらたき、黒砂糖、片栗粉、油	オレンジ、にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、○にんじん、長ねぎ、ごぼう、しょうが	みりん、しょうゆ、○食塩
13土	五目ごはん 豆腐スープ	有機無調整豆乳	○有機無調整豆乳、沖縄豆腐、豚肉	米	こまつな、にんじん、しめじ、えのきたけ、ねぎ	しょうゆ、みりん、食塩
15月	ごはん 厚揚げそばろ煮 おかか和え 鶏肉スープ	有機無調整豆乳 さつま芋のポテトフライ りんご	○有機無調整豆乳、豚ひき肉、厚揚げ、鶏もも肉、大豆水煮、みそ	○さつまいも、米、○揚げ油、油、黒砂糖、○黒砂糖	○りんご、たまねぎ、にんじん、もやし、こまつな、キャベツ、ピーマン、しょうが	みりん、しょうゆ、食塩
16火	ごはん 鶏のみそ焼き 野菜炒め 大根スープ	有機無調整豆乳 カレーおにぎり	○有機無調整豆乳、鶏もも肉、豚肉、○豚ひき肉、みそ	○米、米、油、砂糖、白ごま、ごま油	キャベツ、○たまねぎ、だいこん、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、○にんじん、こまつな、○ピーマン、カットわかめ	しょうゆ、みりん、○コンソメ、食塩、○カレー粉
17水	ピビンバ キャベツスープ オレンジ	有機無調整豆乳 ミートサンド	○有機無調整豆乳、豚肉、○鶏ひき肉、油揚げ、みそ	米、○ロールパン、ごま油、白ごま、○黒砂糖	オレンジ、こまつな、にんじん、キャベツ、もやし、○にんじん、コーン缶、○たまねぎ、ねぎ、にんにく、しょうが	○ケチャップ、みりん、しょうゆ、○ウスターソース、食塩
18木	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ じゃが芋スープ	有機無調整豆乳 スウィートポテト オレンジ	○有機無調整豆乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶、○調製豆乳	○さつまいも、米、じゃがいも、○生クリーム、○押麦、黒砂糖、油、片栗粉	○パイン缶、にんじん、こまつな、キャベツ、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、○マーマレード、干しいたけ、しょうが	みりん、しょうゆ、食塩
19金	ごはん 魚のオーロラ焼き 春雨チャンプルー ポテトスープ	有機無調整豆乳 ジャムスコーン (ブルーベリー) オレンジ	○有機無調整豆乳、白身魚(キング)、豚肉、○プレーンヨーグルト	米、じゃがいも、○強力粉、○無塩バター、○マヨネーズ、はるさめ、油、黒砂糖	○オレンジ、にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、こまつな、○ブルーベリージャム	ケチャップ、みりん、しょうゆ、食塩
20土	マーボー豆腐どんぶり 黄桃	有機無調整豆乳	○有機無調整豆乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、みそ	米、油	もも缶、長ねぎ、にんじん、干しいたけ、にんにく	
22月	あわごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 豆腐スープ	有機無調整豆乳 マカロニのカレー煮	○有機無調整豆乳、豚肉、沖縄豆腐、○鶏もも肉	じゃがいも、米、○マカロニ、あわ、○油、油、黒砂糖、片栗粉	○たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、○にんじん、○コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ、黒きくらげ、○にんにく	しょうゆ、みりん、○カレーパウダー、食塩、○ウスターソース
23火	ごはん 鮭のコーン焼き クーペイリチー 青菜みそ汁	有機無調整豆乳 芋てんぷら オレンジ	○有機無調整豆乳、さけ、三枚肉、みそ	○さつまいも、米、○小麦粉、○揚げ油、マヨネーズ、こんにやく、油、黒砂糖	○オレンジ、にんじん、こまつな、えのきたけ、クリームコーン缶、刻みこんぶ、切り干しだいこん	しょうゆ、パセリ粉
24水	キャロットライス 鶏肉唐揚げ マッシュポテト キャベツサラダ 野菜スープ	有機無調整豆乳 マーマレードケーキ	○有機無調整豆乳、鶏もも肉、豚肉、○牛乳、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○黒糖、○生クリーム、片栗粉、揚げ油、○黒砂糖、マヨネーズ	たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、生しいたけ、赤ピーマン、クリームコーン缶、○マーマレード、ねぎ、しょうが	和風ドレッシング、しょうゆ、みりん、食塩
25木	ごはん カレー肉じゃが おかか和え 豆腐みそ汁	有機無調整豆乳 ショートブレッド(コア) オレンジ	○有機無調整豆乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、○牛乳	米、じゃがいも、○小麦粉、○無塩バター、○黒砂糖	○もも缶、にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、カットわかめ	みりん、しょうゆ、カレー粉
26金	スパゲティミートソース ナムル キャベツスープ	有機無調整豆乳 昆布おにぎり	○有機無調整豆乳、豚ひき肉、ツナ油漬缶	○米、スパゲティ、砂糖、ごま油、油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのきたけ、きゅうり、切り干しだいこん、干しいたけ、○塩こんぶ、ひじき、にんにく	トマトソース、ケチャップ、しょうゆ、みりん、酢、ウスターソース、食塩
27土	わかめごはん 豚汁	有機無調整豆乳	○有機無調整豆乳、豚肉、みそ	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、わかめふりかけ	
29月	昭和の日					
30火	ごはん 鶏のバイン煮 もずくチャンプルー じゃが芋スープ	有機無調整豆乳 あずきスコーン オレンジ	○有機無調整豆乳、鶏もも肉、豚肉、○プレーンヨーグルト、○ゆであずき缶	米、○強力粉、じゃがいも、○無塩バター、○三温糖、砂糖、油	○オレンジ、キャベツ、パイン缶、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、もずく、ねぎ	しょうゆ、みりん、食塩

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



4月 離乳食こんだて表①



2024年4月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	カや熱となる食物	体の調子をよくなる食物
1	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトハースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、 豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、えのきたけ、ねぎ、カットわかめ、こまつな
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり				
2	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトハースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	ミルク、白身 魚	米、じゃがいも、さつまいも	にんじん、こまつな、しめじ、生しいたけ、たまねぎ、きゅうり、カットわかめ
		ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり				
3	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米	ブロッコリー、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、カットわかめ、こまつな
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり				
4	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトハースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	米、食パン、 じゃがいも	たまねぎ、だいこん、キャベツ、にんじん、しめじ、こまつな、コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド				
5	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、生しいたけ、切り干しだいこん
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり				
6	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトハースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	米、食パン、 じゃがいも	たまねぎ、だいこん、キャベツ、にんじん、しめじ、こまつな、コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド				
8	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜大根ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、 豚ひき肉	さつまいも、 米	だいこん、にんじん、もやし、こまつな、ねぎ、干しいたけ、たまねぎ
		ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮				
9	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトハースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	米、じゃがいも	たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、えのきたけ、コーン缶、ピーマン、切り干しだいこん
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり				
10	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトハースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、 豚肉	米、じゃがいも	ブロッコリー、にんじん、ごぼう、コーン缶、たまねぎ、こまつな
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり				
11	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトハースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	じゃがいも、 米、さつまいも	こまつな、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干しだいこん、カットわかめ
		ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり				
12	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、 豚肉	米	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、ごぼう
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり				
13	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトハースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	じゃがいも、 米、さつまいも	こまつな、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干しだいこん、カットわかめ
		ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり				
15	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身 魚	さつまいも、 米	たまねぎ、にんじん、もやし、こまつな、キャベツ、ピーマン
		ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮				

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

※16日以降は裏面



4月 離乳食こんだて表②



2024年4月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき				
						血や肉となる食物	カや熱となる食物	体の調子をよくする食物		
16	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜大根ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米	キャベツ、だいこん、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、こまつな、ピーマン、カットわかめ		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり					
17	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、パン、じゃがいも	こまつな、にんじん、キャベツ、もやし、コーン缶、たまねぎ、ねぎ		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサント					
18	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	さつまいも、米、じゃがいも	にんじん、こまつな、キャベツ、しめじ、ねぎ、干しいたけ、たまねぎ		
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり					
19	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、こまつな		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり					
20	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	さつまいも、米、じゃがいも	にんじん、こまつな、キャベツ、しめじ、ねぎ、干しいたけ、たまねぎ		
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり					
22	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	じゃがいも、米、マカロニ	たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 煮込みマカロニ					
23	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	さつまいも、米	にんじん、こまつな、えのきたけ、刻みこんぶ、切り干しだいこん、たまねぎ		
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮					
24	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、じゃがいも、ホットケーキ粉	たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、生しいたけ、赤ピーマン、ねぎ、こまつな		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ					
25	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも、さつまいも	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、カットわかめ		
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮					
26	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	煮込みスパゲティ 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚ひき肉、豆腐	米、スパゲティ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのきたけ、切り干しだいこん、干しいたけ、ひじき、こまつな		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり					
27	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも、さつまいも	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、カットわかめ		
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮					
29	月	昭和の日								
30	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ねぎ		
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり					

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります