



# 離乳食献立表

2025年4月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1 火	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 マッシュポテト 玉ねぎのスープ フルーツ	米  じゃがいも	とうふ	にんじん、こまつな  たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ  だし汁
2 水	昼食	おかゆ 鶏と野菜のポトフ かぼちゃの煮物 フルーツ	米  じゃがいも	鶏ささみ肉	たまねぎ、にんじん かぼちゃ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
3 木	昼食	おかゆ 鯛のみぞれ煮 春キャベツの和え物 新じゃがの味噌汁 フルーツ	米  じゃがいも	たい  みそ	だいこん キャベツ、ほうれんそう  オレンジ	だし汁 しょうゆ だし汁
4 金	昼食	おかゆ 鯛と春キャベツの蒸し煮 小松菜のサラダ 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米	たい	キャベツ こまつな、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ  だし汁、しょうゆ
5 土	昼食	おかゆ 鶏団子のスープ煮 人参の煮物 フルーツ	米  じゃがいも	鶏ささみ肉	キャベツ、たまねぎ にんじん	だし汁 だし汁
7 月	昼食	おかゆ 鯛のオニオンソースかけ グリーンサラダ 人参の味噌汁 フルーツ	米	たい  みそ	たまねぎ ブロッコリー、キャベツ にんじん オレンジ	だし汁  だし汁
8 火	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のだし煮 さつま芋の煮物 大根のすまし汁 フルーツ	米  さつまいも	とうふ	ほうれんそう、にんじん  だいこん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
9 水	昼食	おかゆ 鶏じゃが 蒸しかぼちゃ オニオンスープ フルーツ	米  じゃがいも	鶏ささみ肉	にんじん かぼちゃ たまねぎ オレンジ	だし汁  だし汁
10 木	昼食	おかゆ 鶏の旨煮 ほうれん草の和え物 新じゃがのスープ フルーツ	米  じゃがいも	鶏ささみ肉	ほうれんそう、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁

11 金	昼食	おかゆ 鯛の塩焼き かぼちゃサラダ 春キャベツの味噌汁 フルーツ	米	たい  みそ	ブロッコリー（付け合わせ） かぼちゃ、にんじん キャベツ バナナ	塩  だし汁
12 土	昼食	おかゆ 豆腐と人参の煮物 ほうれん草の和え物 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米	とうふ	にんじん ほうれん草、キャベツ たまねぎ	だし汁 しょうゆ だし汁
14 月	昼食	おかゆ 鯛の野菜あんかけ 根菜の煮物 新玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米 片栗粉	たい  みそ	ほうれん草 だいこん、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁 だし汁 だし汁
15 火	昼食	おかゆ 鶏の新じゃがのだし煮 ほうれん草のお浸し 大根のすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ肉	ほうれん草、にんじん だいこん オレンジ	だし汁 しょうゆ だし汁
16 水	昼食	おかゆ 豆腐とかぼちゃの煮物 さつまいもサラダ オニオンスープ フルーツ	米 さつまいも	とうふ	かぼちゃ にんじん たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ  だし汁
17 木	昼食	おかゆ 鯛のオニオンソースかけ ブロッコリーの和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米	たい  とうふ	たまねぎ ブロッコリー、にんじん  オレンジ	だし汁  だし汁
18 金	昼食	おかゆ 鯛の野菜あんかけ かぼちゃの煮物 小松菜の味噌汁 フルーツ	米 片栗粉	たい  みそ	にんじん、たまねぎ かぼちゃ こまつな バナナ	だし汁 だし汁 だし汁
19 土	昼食	おかゆ 鶏と野菜のポトフ グリーンサラダ フルーツ	米	鶏ささみ肉	はくさい、たまねぎ ブロッコリー、にんじん	だし汁
21 月	昼食	おかゆ 鯛と野菜のだし煮 人参の煮物 春キャベツの味噌汁 フルーツ	米 片栗粉	たい  みそ	ブロッコリー、たまねぎ にんじん キャベツ バナナ	だし汁 だし汁 だし汁
22 火	昼食	おかゆ 鶏じゃが 春キャベツのサラダ ほうれん草の味噌汁 フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ肉  みそ	キャベツ、にんじん ほうれん草 オレンジ	だし汁  だし汁

23 水	昼食	おかゆ 鶏と野菜の旨煮 人参の煮物 オニオンスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉	はくさい、キャベツ にんじん たまねぎ バナナ	だし汁 だし汁 だし汁
24 木	昼食	おかゆ 鯛の青菜あんかけ 根菜の煮物 玉ねぎのスープ フルーツ	米 片栗粉	たい	ほうれんそう だいこん、にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁 だし汁 だし汁
25 金	昼食	おかゆ 鯛の塩焼き 小松菜のサラダ 大根のすまし汁 フルーツ	米	たい	にんじん（付け合わせ） こまつな、はくさい だいこん バナナ	塩 しょうゆ だし汁
26 土	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のだし煮 こふき芋 キャベツのすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	とうふ	ブロッコリー、にんじん  キャベツ	だし汁  だし汁
28 月	昼食	おかゆ 鯛のオニオンソースかけ 根菜の煮物 ほうれん草の味噌汁 フルーツ	米	たい  みそ	たまねぎ だいこん、にんじん ほうれんそう オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
30 水	昼食	おかゆ 鶏とかぼちゃのそぼろ煮 小松菜のお浸し 玉ねぎのスープ フルーツ	米	鶏ささみ肉	かぼちゃ こまつな、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁

※献立は変更になる場合があります。月齢により、食材、形状を個別に対応しています。

