

令和3年 4月分

## 離乳食献立表 (初期)

西東京市立芝久保保育園

日 ／ 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2 金	おかゆ 煮魚 ／ かぼちゃペースト きゅうりペースト スープ	水稻穀粒(精白米)	調製粉乳／まがれい	日本かぼちゃ／きゅうり／にんじん／玉葱
5 月	おかゆ 玉ねぎペースト ／ じゃが芋ペースト キャベツ煮 スープ	水稻穀粒(精白米)／かたくり粉1kg／じゃがいも	調製粉乳	玉葱／キャベツ／にんじん
6 火	おかゆ 魚 ／ 人参ペースト ブロッコリー煮 スープ	水稻穀粒(精白米)	調製粉乳／まがれい	にんじん／ブロッコリー／キャベツ／玉葱
7 水	おかゆ たまねぎと人参煮 ／ さつま芋ペースト トマト煮 スープ	水稻穀粒(精白米)／さつまいも	調製粉乳	にんじん／玉葱／トマト／キャベツ
8 木	おかゆ 野菜煮 ／ きゅうりペースト かぼちゃペースト スープ	水稻穀粒(精白米)	調製粉乳	にんじん／玉葱／きゅうり／日本かぼちゃ／キャベツ
9 金	おかゆ じゃが芋ペースト ／ ほうれん草ペースト トマト煮 スープ	水稻穀粒(精白米)／じゃがいも	調製粉乳	にんじん／ほうれんそう／トマト／玉葱／キャベツ
10 土	3種野菜煮 ／ きゅうりペースト じゃが芋ペースト スープ	じゃがいも	調製粉乳／まぐろ缶詰(水煮フレーク)	にんじん／玉葱／きゅうり／キャベツ
12 月	おかゆ 煮魚 ／ ほうれん草ペースト トマト煮 スープ	水稻穀粒(精白米)	調製粉乳／まがれい／木綿豆腐	ほうれんそう／トマト／にんじん／こまつな
13 火	おかゆ 野菜煮 ／ ほうれん草ペースト じゃが芋ペースト スープ	水稻穀粒(精白米)／じゃがいも	調製粉乳	玉葱／ほうれんそう／キャベツ／にんじん
14 水	おかゆ ほうれん草ペースト ／ じゃが芋ペースト スープ ミルク	水稻穀粒(精白米)／じゃがいも	調製粉乳	ほうれんそう／キャベツ／玉葱／にんじん
15 木	おかゆ 煮魚 ／ きゅうりペースト トマト煮 スープ	水稻穀粒(精白米)	調製粉乳／まがれい	きゅうり／トマト／玉葱／にんじん

※お子さんの状態によっては、食材の形態が変わることがあります。ご了承ください。

令和3年 4月分

## 離乳食献立表 (初期)

西東京市立芝久保保育園

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
16 金	おかゆ 野菜煮 きゅうりペースト トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳	玉葱/きゅうり/トマト/キャベツ/にんじん
17 土	3種野菜煮 じゃが芋ペースト ブロッコリー煮 スープ ミルク	じゃがいも	調製粉乳/まぐろ缶詰 (水煮フレーク)	にんじん/玉葱/ブ ロッコリー/キャベツ
19 月	おかゆ 玉葱と人参煮 キャベツ煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳	玉葱/キャベツ/トマ ト/にんじん
20 火	おかゆ 野菜煮 キャベツ煮 じゃが芋ペースト スープ	水稲穀粒(精白米)/ じゃがいも	調製粉乳	玉葱/キャベツ/にん じん
21 水	おかゆ 玉葱と人参煮 きゅうりペースト トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳	玉葱/きゅうり/トマ ト/キャベツ/にんじ ん
22 木	おかゆ 野菜煮 じゃが芋ペースト ブロッコリー煮 スープ	水稲穀粒(精白米)/ じゃがいも	調製粉乳	玉葱/ブロッコリー/ キャベツ/にんじん
23 金	おかゆ 玉葱と人参煮 ほうれん草ペースト さつま芋ペースト スープ	水稲穀粒(精白米)/さ つまいも	調製粉乳	玉葱/ほうれんそう/ 日本かぼちゃ
24 土	おかゆ 煮魚 かぶ煮 かぼちゃペースト スープ	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳/まがれい	かぶ/日本かぼちゃ/ 玉葱/にんじん
26 月	おかゆ 煮魚 大根煮 かぼちゃペースト スープ	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳/まがれい	だいこん/日本かぼ ちゃ/玉葱/にんじん
27 火	おかゆ 玉葱と人参煮 煮きゅうり かぼちゃペースト スープ	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳	玉葱/きゅうり/日本 かぼちゃ/キャベツ/ にんじん
28 水	おかゆ 野菜あんかけ 煮きゅうり じゃが芋ペースト スープ	水稲穀粒(精白米)/ じゃがいも	調製粉乳	にんじん/はくさい/ きゅうり/キャベツ/ 玉葱
30 金	おかゆ 煮魚 キャベツ煮 じゃが芋ペースト すまし汁	水稲穀粒(精白米)/ じゃがいも	調製粉乳/まがれい/ 木綿豆腐	キャベツ/にんじん/ こまつな