

令和3年 4月分

離乳食献立表 (中期)

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 かぼちゃ煮 煮きゅうり みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg	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 そばろ煮 じゃが芋煮 キャベツ煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg／じゃがいも	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／にん じん
6 ／ 火	おかゆ 魚のみそ煮 人参煮 ブロッコリー煮 スープ	水稲穀粒(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 そばろ煮 さつま芋煮 トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／さ つまいも／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	にんじん／玉葱／トマ ト／キャベツ
8 ／ 木	おかゆ そばろ煮 煮きゅうり かぼちゃ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	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 肉じゃが煮 ほうれん草煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／ じゃがいも	調製粉乳／豚ひき肉	にんじん／ほうれんそ う／トマト／玉葱／ キャベツ
10 ／ 土	3種野菜スープパスタ 煮きゅうり じゃが芋煮 スープ	スパゲティ／じゃがい も	調製粉乳／まぐろ缶詰 (水煮フレーイト)	にんじん／玉葱／きゅ うり／キャベツ
12 ／ 月	おかゆ 魚のみそ煮 ほうれん草煮 トマト煮 すまし汁	水稲穀粒(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 そばろ煮 ほうれん草煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg／じゃがいも	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／ほうれんそう／ キャベツ／にんじん
14 ／ 水	おかゆ そばろ煮 ほうれん草煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／ じゃがいも	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	にんじん／ほうれんそ う／キャベツ／玉葱
15 ／ 木	おかゆ 煮魚 煮きゅうり トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳／まがれい	きゅうり／トマト／玉 葱／にんじん

令和3年 4月分

## 離乳食献立表 (中期)

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 そばろ煮 ／ 煮きゅうり トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／きゅうり／トマ ト／キャベツ／にんじ ん
17 ／ 土	3種野菜スープパスタ ツナとじゃがいも煮 ／ ブロッコリー煮 スープ	スパゲティ／じゃがい も	調製粉乳／まぐろ缶詰 (水煮フレーク)／まぐろ 缶詰(油漬フレーク)	にんじん／玉葱／ブ ロccoli／キャベツ
19 ／ 月	おかゆ 鶏そばろ煮 ／ キャベツ煮 トマト煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	玉葱／キャベツ／トマ ト／にんじん
20 ／ 火	おかゆ そばろ煮 ／ キャベツ煮 じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg／じゃがいも	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／にん じん
21 ／ 水	おかゆ 鶏そばろ煮 ／ 煮きゅうり トマト煮 スープ	水稲穀粒(精白米)	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	玉葱／きゅうり／トマ ト／キャベツ／にんじ ん
22 ／ 木	おかゆ そばろ煮 ／ じゃが芋煮 ブロッコリー煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg／かたくり粉 1kg／じゃがいも	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／ブロッコリー／ キャベツ／にんじん
23 ／ 金	おかゆ 鶏そばろ煮 ／ ほうれん草煮 さつま芋煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／さ つまいも／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	玉葱／ほうれんそう／ 日本かぼちゃ
24 ／ 土	おかゆ 煮魚 ／ かぶ煮 かぼちゃ煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg	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 かぼちゃ煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg	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 鶏そばろ煮 ／ 煮きゅうり かぼちゃ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	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 鶏挽肉入り野菜あんかけ ／ 煮きゅうり じゃが芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉1kg／じゃがい も	調製粉乳／鶏若鶏肉ひ き肉	にんじん／はくさい／ きゅうり／キャベツ／ 玉葱
30 ／ 金	おかゆ 魚のみそ煮 ／ キャベツ煮 じゃが芋煮 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