



2024年4月 離乳食献立表（中期・後期食）

社会福祉法人 都島友の会
都島友乳児保育センター

日 曜日	後期食		中期食	
	昼食	材料	昼食	材料
1 月	チャーハン キャベツサラダ みそ汁	米 豚肉 人参 玉葱 コーン 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし キャベツ 胡瓜 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし わかめ 豆腐 味噌 かつお昆布だし	おかゆ 豆腐と野菜の炒り煮 スープ	米 豆腐 人参 玉葱 かつお昆布だし キャベツ わかめ かつお昆布だし
2 火	軟飯 肉団子 キャベツ入りマーボー豆腐 もやしスープ	米 / 豚肉 玉葱 上白糖 醤油 片栗粉 豆腐 豚肉 玉葱 人参 キャベツ 味噌 醤油 上白糖 片栗粉 かつお昆布だし もやし 小松菜 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ スープ	米 豆腐 人参 キャベツ かつお昆布だし 片栗粉 小松菜 玉葱 かつお昆布だし
3 水	軟飯 切干大根の煮物 魚の塩焼き みそ汁	米 / 切り干し大根 油揚げ 人参 上白糖 醤油 かつお昆布だし 鮭 食塩 じゃが芋 小松菜 味噌 かつお昆布だし	おかゆ 煮魚 添え すまし汁	米 鰯 人参 かつお昆布だし じゃが芋 小松菜 かつお昆布だし
4 木	軟飯 みそ汁 厚揚げ入り味噌炒め 胡瓜としらすの酢の物	米 / えのき茸 白菜 かつお昆布だし 味噌 豚肉 大根 人参 厚揚げ 味噌 醤油 上白糖 かつお昆布だし 胡瓜 しらす わかめ 酢 上白糖 醤油 かつお昆布だし	おかゆ 野菜のしらすあん すまし汁	米 大根 人参 しらす かつお昆布だし 片栗粉 白菜 わかめ かつお昆布だし
5 金	軟飯 もやしナムル すき焼き風煮込み みそ汁	米 / もやし 胡瓜 人参 酢 醤油 上白糖 かつお昆布だし 牛肉 人参 玉葱 白菜 豆腐 上白糖 醤油 かつお昆布だし えのき茸 油揚げ 小松菜 味噌 かつお昆布だし	おかゆ 豆腐の炒り煮 すまし汁	米 豆腐 人参 白菜 かつお昆布だし 玉葱 小松菜 かつお昆布だし
6 土	豚肉丼ぶり みそ汁	米 豚肉 玉葱 もやし 上白糖 醤油 片栗粉 かつお昆布だし キャベツ さつま芋 味噌 かつお昆布だし	魚のおじや すまし汁	米 玉葱 鰯 かつお昆布だし キャベツ さつま芋 かつお昆布だし
8 月	鶏そぼろ丼ぶり マカロニサラダ みそ汁	米 鶏肉 人参 ほうれん草 上白糖 醤油 かつお昆布だし マカロニ 胡瓜 コーン キャベツ 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし さつま芋 わかめ 味噌 かつお昆布だし	おかゆ しらすのとりみ煮 すまし汁	米 人参 しらす キャベツ かつお昆布だし さつま芋 わかめ かつお昆布だし
9 火	軟飯 オレンジ ビーフシチュー 野菜サラダ	米 / オレンジ 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 かつお昆布だし ケチャップ 醤油 上白糖 食塩 片栗粉 キャベツ 胡瓜 ブロッコリー 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし	おかゆ 魚と野菜の炒り煮 スープ	米 鰯 人参 じゃが芋 かつお昆布だし キャベツ 玉葱 ブロッコリー かつお昆布だし
10 水	軟飯 すまし汁 魚のみそ焼き 春キャベツと豚肉の炒め物	米 / 豆腐 えのき茸 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鰯 味噌 上白糖 豚肉 玉葱 人参 キャベツ コーン 上白糖 醤油 食塩 かつお昆布だし	おかゆ 豆腐のあんかけ すまし汁	米 豆腐 キャベツ 人参 かつお昆布だし じゃが芋 玉葱 かつお昆布だし
11 木	煮込みうどん 南瓜の煮物 白菜のおかか和え	うどん 鶏肉 人参 厚揚げ 小松菜 玉葱 上白糖 醤油 食塩 かつお昆布だし 南瓜 上白糖 醤油 かつお昆布だし 白菜 人参 えのき茸 かつお節 醤油 上白糖 かつお昆布だし	煮込みうどん 南瓜の煮物 白菜のおかか煮	うどん 人参 小松菜 玉葱 しらす かつお昆布だし 南瓜 かつお昆布だし 白菜 人参 かつお節 かつお昆布だし
12 金	ひじきご飯 みそ汁 鶏肉の塩こうじ焼き しらす和え	米 ひじき 人参 上白糖 醤油 かつお昆布だし / なめこ 豆腐 味噌 かつお昆布だし 鶏肉 塩こうじ キャベツ 小松菜 しらす 醤油 上白糖 かつお昆布だし	おかゆ 豆腐の青のりあん すまし汁	米 豆腐 青のり キャベツ 人参 かつお昆布だし 片栗粉 南瓜 小松菜 かつお昆布だし
13 土	中華丼ぶり スープ	米 豚肉 白菜 玉葱 人参 醤油 上白糖 片栗粉 かつお昆布だし 大根 ブロッコリー 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし	魚のおじや スープ	米 白身魚 白菜 人参 かつお昆布だし 大根 ブロッコリー かつお昆布だし
15 月	軟飯 もやしサラダ 鶏肉の照り煮 みそ汁	米 / もやし キャベツ 人参 酢 上白糖 醤油 かつお昆布だし 鶏肉 醤油 上白糖 かつお昆布だし 豆腐 小松菜 味噌 かつお昆布だし	おかゆ 豆腐のあんかけ すまし汁	米 豆腐 キャベツ 人参 かつお昆布だし 片栗粉 小松菜 さつま芋 かつお昆布だし
16 火	コーンピラフ ポテトサラダ 大根のスープ	米 玉葱 人参 ピーマン コーン 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし じゃが芋 人参 胡瓜 キャベツ 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 大根 小松菜 鶏肉 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	おかゆ 魚とじゃが芋の煮物 スープ	米 鰯 じゃが芋 人参 かつお昆布だし 大根 小松菜 かつお昆布だし
17 水	軟飯 みそ汁 魚の塩焼き 肉じゃが	米 / ほうれん草 油揚げ 味噌 かつお昆布だし 鰯 食塩 牛肉 じゃが芋 玉葱 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし	おかゆ 魚の炒り煮 すまし汁	米 鰯 人参 玉葱 かつお昆布だし じゃが芋 ほうれん草 かつお昆布だし
18 木	パン イタリアンサラダ ハンバーグ 春キャベツのスープ	パン / 胡瓜 ブロッコリー 人参 コーン 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 牛肉 豚肉 鶏肉 鶏肝臓 大豆 玉葱 片栗粉 食塩 ケチャップ キャベツ 玉葱 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし	おかゆ 大豆と野菜のあんかけ スープ	米 大豆 ブロッコリー 人参 玉葱 かつお昆布だし キャベツ 玉葱 かつお昆布だし
19 金	焼きそば 中華スープ オレンジ	中華麺 豚肉 人参 玉葱 キャベツ もやし 醤油 上白糖 食塩 かつお昆布だし 豆腐 青梗菜 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし オレンジ	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 スープ	米 キャベツ 人参 豆腐 かつお昆布だし 玉葱 青梗菜 かつお昆布だし
20 土	豚肉丼ぶり みそ汁	米 豚肉 玉葱 しめじ茸 上白糖 醤油 片栗粉 かつお昆布だし キャベツ 大根 味噌 かつお昆布だし	魚のおじや スープ	米 玉葱 鰯 かつお昆布だし キャベツ 大根 かつお昆布だし
22 月	軟飯 みそ汁 鶏肉の甘辛焼き キャベツのしらす和え	米 / 豆腐 玉葱 味噌 かつお昆布だし 鶏肉 醤油 上白糖 キャベツ しめじ茸 人参 しらす 醤油 上白糖 かつお昆布だし	おかゆ しらすの炒り煮 すまし汁	しらす キャベツ 人参 かつお昆布だし 豆腐 玉葱 かつお昆布だし
23 火	ハヤシライス キャベツサラダ オレンジ	米 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 かつお昆布だし ケチャップ 醤油 上白糖 食塩 片栗粉 キャベツ 胡瓜 ブロッコリー 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし オレンジ	おかゆ 魚の炒り煮 ポトフ	米 鰯 キャベツ 人参 かつお昆布だし 玉葱 じゃが芋 ブロッコリー かつお昆布だし
24 水	軟飯 春雨サラダ 魚のおろし煮 みそ汁	米 / 春雨 胡瓜 キャベツ 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 鰯 大根 人参 玉葱 かつお昆布だし 醤油 上白糖 豆腐 わかめ かつお昆布だし 味噌	おかゆ 豆腐のおろし煮 すまし汁	米 豆腐 人参 玉葱 大根 かつお昆布だし キャベツ わかめ かつお昆布だし
25 木	わかめうどん 大豆のとりみ煮 お浸し	うどん わかめ 人参 上白糖 醤油 食塩 かつお昆布だし 大豆 玉葱 さつま芋 コーン 醤油 上白糖 かつお昆布だし キャベツ 小松菜 醤油 上白糖 かつお昆布だし	わかめうどん 大豆のとりみ煮 キャベツの煮浸し	うどん わかめ 人参 かつお昆布だし 大豆 玉葱 さつま芋 かつお昆布だし 片栗粉 キャベツ 小松菜 かつお昆布だし
26 金	軟飯 新じゃがの炒め物 鶏の照り焼き みそ汁	米 / じゃが芋 玉葱 ピーマン 上白糖 醤油 食塩 かつお昆布だし 鶏肉 醤油 上白糖 片栗粉 厚揚げ ほうれん草 味噌 かつお昆布だし	おかゆ 魚とじゃが芋の煮物 すまし汁	米 鰯 じゃが芋 玉葱 かつお昆布だし ほうれん草 人参 かつお昆布だし
27 土	鶏と大根の混ぜご飯 みそ汁	米 鶏肉 大根 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし じゃが芋 キャベツ 味噌 かつお昆布だし	魚のおじや スープ	米 大根 鰯 かつお昆布だし じゃが芋 キャベツ かつお昆布だし
29 月	昭和の日			
30 火	軟飯 ひじきのそぼろ炒め 魚のしょうゆ焼き みそ汁	米 / ひじき 鶏肉 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鰯 醤油 小松菜 玉葱 味噌 かつお昆布だし	おかゆ 煮魚 添え すまし汁	米 鰯 人参 かつお昆布だし 小松菜 玉葱 かつお昆布だし

ご入園・ご進級おめでとうございます。

給食では四季に応じ旬の野菜を中心としたメニュー作りを心掛け、

出来る限り多くの食材を味わえるように考えています。

お家と給食のふたつの大切な食事を通し

たくさんのごことを学び食育を進めていきたいと思っています。

※給食では、卵を含まないマヨネーズタイプの調味料を使用しています。

