

様式F105

離乳食献立

2024年4月

日付	前期	後期	中期
1(水)	わかめ御飯、野菜のスープ、鯉のぼり・ミートローフ、焼きトマト	わかめ御飯、野菜のスープ、鯉のぼり・ミートローフ、焼きトマト	わかめ御飯、野菜のスープ、鯉のぼり・ミートローフ、焼きトマト
2(木)	御飯、みそ汁(こまつな・新たまねぎ)、豆腐のふわとろボール、ひじきのツナあえ(もやし)、バナナ	軟飯、みそ汁(こまつな・新たまねぎ)、豆腐のふわとろボール、ひじきのツナあえ(もやし)、バナナ	全粥、みそ汁(こまつな・新たまねぎ)、豆腐のふわとろボール、ひじきのツナあえ(もやし)、バナナ
3(金)	憲法記念日 		
4(土)	みどりある日		
5(日)	こどもの日 		
6(月)	振替休日		
7(火)	御飯、すまし汁(じゃがいも・たまねぎ)、さけのちゃんちゃん焼き(しめじ)、ゆでスナップえんどう、バナナ	軟飯、すまし汁(じゃがいも・たまねぎ)、さけのちゃんちゃん焼き(しめじ)、ゆでスナップえんどう、バナナ	全粥、すまし汁(じゃがいも・たまねぎ)、さけのちゃんちゃん焼き(しめじ)、ゆでスナップえんどう、バナナ
8(水)	御飯、みそ汁(だいこん・えのき)、豆腐の五目焼き、ほうれん草のナムル(ごま)、りんご	軟飯、みそ汁(だいこん・えのき)、豆腐の五目焼き、ほうれん草のナムル(ごま)、りんご	全粥、みそ汁(だいこん・えのき)、豆腐の五目焼き、ほうれん草のナムル(ごま)、りんご
9(木)	ジャージャーめん、りんご	ジャージャーめん、りんご	ジャージャーめん、りんご
10(金)	御飯、みそ汁(さといも・あげ)、豚肉と昆布の炒め煮(にんじん)、キャベツのサラダ(チンゲン菜)	軟飯、みそ汁(さといも・あげ)、豚肉と昆布の炒め煮(にんじん)、キャベツのサラダ(チンゲン菜)	軟飯、みそ汁(さといも・あげ)、豚肉と昆布の炒め煮(にんじん)、キャベツのサラダ(チンゲン菜)
11(土)	御飯、みそ汁(新たまねぎ・わかめ)、さわらとごぼうの煮つけ、さっぱりポテトサラダ、バナナ	軟飯、みそ汁(新たまねぎ・わかめ)、さわらとごぼうの煮つけ、さっぱりポテトサラダ、バナナ	全粥、みそ汁(新たまねぎ・わかめ)、さわらとごぼうの煮つけ、さっぱりポテトサラダ、バナナ
13(月)	チャーハン(ツナ・ひじき)、豆腐旨煮(キャベツ)、さつま芋のレモン煮、りんご	チャーハン(ツナ・ひじき)、豆腐旨煮(キャベツ)、さつま芋のレモン煮、りんご	中華粥、豆腐旨煮(キャベツ)、さつま芋のレモン煮、りんご
14(火)	御飯、みそ汁(もやし・あげ)、魚とかぼちゃの新たまねぎ和え、ゆでブロッコリー、バナナ	軟飯、みそ汁(もやし・あげ)、魚とかぼちゃの新たまねぎ和え、ゆでブロッコリー、バナナ	全粥、みそ汁(もやし・あげ)、魚とかぼちゃの新たまねぎ和え、ゆでブロッコリー、バナナ
15(水)	御飯、すまし汁(だいこん)、豆腐のケチャップ煮、小松菜のごま和え、りんご	軟飯、すまし汁(だいこん)、豆腐のケチャップ煮、小松菜のごま和え、りんご	全粥、すまし汁(だいこん)、豆腐のケチャップ煮、小松菜の和え物、りんご

家庭での食中毒対策



- 1 食品は新鮮な物から選ぶ
- 2 肉や魚は汁が漏れないよう、購入時に個別にビニール袋に入れ、冷蔵庫へ入れる
- 3 冷凍食品は室温での解凍は避け、電子レンジや冷蔵庫で解凍する
- 4 まな板と包丁は「生肉・鮮魚など加熱する食材用」と「サラダや調理済み食品など加熱しないで食べる食材用」の2つを用意する
- 5 電子レンジを使用する時は、均一に加熱する
- 6 キッチンには整理整頓・清潔にする



日付	前期	後期	中期
16(木)	御飯、みそ汁(キャベツ・コーン)、たらこの磯辺焼き、きんぴらごぼう(いんげん・ごま)、バナナ	軟飯、みそ汁(キャベツ・コーン)、たらこの磯辺焼き、きんぴらごぼう(いんげん・ごま)、バナナ	全粥、みそ汁(キャベツ・コーン)、たらこの磯辺焼き、きんぴらごぼう(いんげん・ごま)、バナナ
17(金)	御飯、豆腐スープ(ねぎ)、肉団子の和風あん、きゅうりの和え物、バナナ	軟飯、豆腐スープ(ねぎ)、肉団子の和風あん、きゅうりの和え物、バナナ	全粥、豆腐スープ(ねぎ)、肉団子の和風あん、きゅうりの和え物、バナナ
18(土)	豚肉の甘みそ丼、りんご	豚肉の甘みそ丼、りんご	豚肉の甘みそ丼、りんご
20(月)	新たまねぎと豚の炊き込みごはん、すまし汁(さといも・わかめ)、鮭のごま衣焼き、ゆでブロッコリー、オレンジ	新たまねぎと豚の炊き込みごはん、すまし汁(さといも・わかめ)、鮭のごま衣焼き、ゆでブロッコリー、オレンジ	新たまねぎと豚の炊き込みごはん、すまし汁(さといも・わかめ)、鮭のごま衣焼き、ゆでブロッコリー、オレンジ
21(火)	御飯、みそ汁(じゃが芋・チンゲン菜)、豚肉とキャベツのすき焼き風煮物、きゅうりの和え物	軟飯、みそ汁(じゃが芋・チンゲン菜)、豚肉とキャベツのすき焼き風煮物、きゅうりの和え物	全粥、みそ汁(じゃが芋・チンゲン菜)、豚肉とキャベツのすき焼き風煮物、きゅうりの和え物
22(水)	御飯、みそ汁(かぼちゃ・なす)、さばの竜田焼き、もやしの和え物(さやえんどう)、りんご	軟飯、みそ汁(かぼちゃ・なす)、さばの竜田焼き、もやしの和え物(さやえんどう)、りんご	全粥、みそ汁(かぼちゃ・なす)、さばの竜田焼き、もやしの和え物(さやえんどう)、りんご
23(木)	御飯、みそ汁(いも・こまつな)、豆腐焼き、ひじきの煮物(にんじん)、キウイフルーツ	軟飯、みそ汁(いも・こまつな)、豆腐焼き、ひじきの煮物(にんじん)、キウイフルーツ	全粥、みそ汁(いも・こまつな)、豆腐焼き、煮物(にんじん)、キウイフルーツ
24(金)	御飯、みそ汁(だいこん)、肉じゃが(豚肉)、チンゲン菜のしらすサラダ(キャベツ)、バナナ	軟飯、みそ汁(だいこん)、肉じゃが(豚肉)、チンゲン菜のしらすサラダ(キャベツ)、バナナ	全粥、みそ汁(だいこん)、肉じゃが(豚肉)、チンゲン菜のしらすサラダ(キャベツ)、バナナ
25(土)	ドライカレーライス、豆腐のすまし汁、キャベツのサラダ	ドライカレーライス、豆腐のすまし汁、キャベツのサラダ	ドライカレーライス、豆腐のすまし汁、キャベツのサラダ
27(月)	中華丼(キャベツ)、りんご	中華丼(キャベツ)、りんご	中華丼(キャベツ)、りんご
28(火)	御飯、わかめスープ(もやし)、鶏の五目和え、きゅうりの醤油あえ、バナナ	軟飯、わかめスープ(もやし)、鶏の五目和え、きゅうりの醤油あえ、バナナ	全粥、わかめスープ(もやし)、鶏の五目和え、きゅうりの醤油あえ、バナナ
29(水)	御飯、五目みそ汁、鮭の塩焼き、かぼちゃとブロッコリーの和風あん、りんご	軟飯、五目みそ汁、鮭の塩焼き、かぼちゃとブロッコリーの和風あん、りんご	全粥、五目みそ汁、鮭の塩焼き、かぼちゃとブロッコリーの和風あん、りんご
30(木)	御飯、すまし汁(いも・えのき)、マーボー豆腐(たまねぎ)、キャベツの和え物、オレンジ	軟飯、すまし汁(いも・えのき)、マーボー豆腐(たまねぎ)、キャベツの和え物、オレンジ	全粥、すまし汁(いも)、マーボー豆腐(たまねぎ)、キャベツの和え物、オレンジ
31(金)	御飯、みそ汁(チンゲン菜)、白身魚の煮つけ、じゃが芋炒め、バナナ	軟飯、みそ汁(チンゲン菜)、白身魚の煮つけ、じゃが芋炒め、バナナ	全粥みそ汁(チンゲン菜)、白身魚の煮つけ、じゃが芋炒め、バナナ