



2026年4月 離乳食だより



	献立名	材料名(昼食・おやつ)			
		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	おやつ
1 (水)	白がゆ さつまいもの煮物	米・さつまい	鶏ささみ	玉ねぎ・人参・ほうれん草	ウエハース
2 (木)	白がゆ じゃが芋のそぼろ煮	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参・キャベツ	ハイハイ
3 (金)	白がゆ ちゃんこうどん	米・うどん	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参・白菜	りんごゼリー
4 (土)	野菜おじや	米	しらす	玉ねぎ・人参・小松菜	南瓜ポーロ
6 (月)	白がゆ 肉じゃが風	米・じゃが芋	鶏ささみ	玉ねぎ・人参・ほうれん草	星たべよ
7 (火)	白がゆ 白身魚のあんかけ	米	白身魚	玉ねぎ・人参・大根	紫芋せんべい
8 (水)	白がゆ すき焼き風煮	米・ふ	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参・白菜	豆乳クッキー
9 (木)	白がゆ 高野豆腐の煮物	米・里芋	高野豆腐	玉ねぎ・人参・小松菜	パン
10 (金)	白がゆ マカロニのトマトスープ	米・マカロニ	鶏ささみ	玉ねぎ・人参・パプリカ トマト	お米パフ
11 (土)	野菜おじや	米	しらす	玉ねぎ・人参・ほうれん草	ハイハイ
13 (月)	白がゆ 八宝菜風	米	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参・チンゲン菜 白菜	バナナ
14 (火)	白がゆ 豚汁	米・里芋	鶏ミンチ・豆腐	玉ねぎ・人参・大根	ウエハース
15 (水)	白がゆ 南瓜の煮物	米・さつまい	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参・小松菜・南瓜	ふかし芋
16 (木)	白がゆ ほうれん草の白和え	米	豆腐	人参・ほうれん草	動物ビスケット
17 (金)	白がゆ ツナとじゃが芋の煮物	米・じゃが芋	ツナ缶	玉ねぎ・人参・キャベツ	南瓜ポーロ
18 (土)	野菜おじや	米	しらす	玉ねぎ・人参・チンゲン菜 なす	ハイハイ
20 (月)	白がゆ 里芋と白菜の味噌汁	米・里芋	鶏ささみ	玉ねぎ・人参・白菜	お米スナック
21 (火)	白がゆ 白身魚の洋風煮	米	白身魚	玉ねぎ・人参・キャベツ パプリカ・トマト	マリー
22 (水)	白がゆ 大根そぼろ煮	米・さつまい	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参・大根	紫芋せんべい
23 (木)	白がゆ 南瓜の豆乳スープ	米・マカロニ	鶏ささみ・豆乳	玉ねぎ・人参・南瓜	パン
24 (金)	白がゆ 鶏だんごの煮物	米	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参・ほうれん草 白菜	野菜ゼリー
25 (土)	野菜おじや	米・さつまい	白身魚	玉ねぎ・人参・ほうれん草	ハイハイ
27 (月)	白がゆ 煮込みうどん	米・うどん	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参・小松菜・白菜	バナナ
28 (火)	白がゆ 春キャベツの煮物	米・じゃが芋	ツナ缶	玉ねぎ・人参・春キャベツ	蒸しパン
30 (木)	白がゆ 小松菜の煮物	米・里芋	しらす	玉ねぎ・人参・小松菜	豆乳クッキー

※ 紀の川農園の無農薬のお米を使っています