



# 4月の離乳食献立予定表



令和8年 4月1日  
こぼうしこども園

日	曜日	後期献立名(午前食) ※初期、中期食は後期食の献立をもとに作っています。	主な食材
1	水	軟飯、豆腐の野菜あんかけ、キャベツの和え物 ほうれん草のスープ	米、豆腐、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、もやし、ほうれん草
2	木	軟飯、じゃがいものそぼろ煮、ひじきの和え物、白菜のみそ汁	米、鶏ささみひき肉、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、白菜
3	金	軟飯、豆腐の松風焼き、大根のサラダ、キャベツのスープ	米、鶏ささみひき肉、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、豆腐、大根、きゅうり
4	土	軟飯、野菜と豆腐のそぼろ煮、ほうれん草の和え物、青菜のスープ	米、鶏ささみひき肉、ほうれん草、にんじん、チンゲン菜、玉ねぎ、キャベツ、豆腐
6	月	軟飯、白身魚の柔らか煮、ブロッコリーのサラダ、豆腐のみそ汁	米、白身魚、豆腐、にんじん、大根、キャベツ、きゅうり
7	火	軟飯、鶏肉と野菜のトマト煮、マカロニサラダ、大根のスープ	米、鶏ささみひき肉、トマト、キャベツ、にんじん、マカロニ、大根、玉ねぎ、小松菜
8	水	軟飯、鶏団子の和風煮、キャベツのサラダ、トマトスープ	米、豆腐、鶏ささみひき肉、パン粉、大根、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、トマト
9	木	軟飯、チキンバーグ、ポテトサラダ、白菜スープ	米、鶏ささみひき肉、豆腐、白菜、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、じゃがいも、パン粉
10	金	ベビーカレー、キャベツのソテー、ポテトのスープ	米、鶏ささみひき肉、玉ねぎ、じゃがいも、にんじん、キャベツ、かぼちゃ、チンゲン菜
11	土	軟飯、豆腐のそぼろ煮、キャベツの和え物、すまし汁	米、鶏ささみひき肉、豆腐、にんじん、大根、キャベツ、玉ねぎ、わかめ
13	月	軟飯、白身魚のみそ煮、切干大根のサラダ、豆腐のしょうゆ汁	米、豆腐、白身魚、切干大根、ほうれん草、大根、にんじん、ねぎ
14	火	軟飯、鶏のトマトソース煮、ほうれん草のサラダ、玉ねぎのスープ	米、鶏ささみひき肉、きゅうり、玉ねぎ、にんじん、キャベツ、トマト、ほうれん草、パン粉
15	水	軟飯、肉豆腐、さつまいもの和え物、白菜のみそ汁	米、鶏ささみひき肉、豆腐、さつまいも、にんじん、玉ねぎ、白菜、きゅうり
16	木	にんじん粥、鶏バーグ、ブロッコリーのサラダ、キャベツのスープ	米、鶏ささみひき肉、パン粉、ブロッコリー、キャベツ、玉ねぎ、にんじん
17	金	軟飯、白身魚の和風あんかけ、大根のサラダ、豆腐のスープ	米、豆腐、白身魚、玉ねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、大根
18	土	ベビードライカレー、キャベツのサラダ、トマトスープ	米、鶏ささみひき肉、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、トマト、かぼちゃ
20	月	軟飯、白身魚のパン粉焼き、ブロッコリーの和え物、ほうれん草のスープ	米、白身魚、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、パン粉、ほうれん草、ブロッコリー
21	火	軟飯、鶏つくねの野菜あんかけ、キャベツの和え物、白菜スープ	うどん、白身魚、パン粉、ほうれん草、大根、キャベツ、にんじん
22	水	軟飯、白身魚のみそ煮、アスパラの和え物、豆腐のスープ	軟飯、白身魚、アスパラ、キャベツ、豆腐、にんじん、玉ねぎ、大根、きゅうり
23	木	軟飯、三目納豆、大根の和え物、キャベツのみそ汁	米、納豆、キャベツ、きゅうり、にんじん、ねぎ、わかめ、大根
24	金	軟飯、チキンのミルク煮、マカロニサラダ、ミネストローネ	米、鶏ささみひき肉、キャベツ、にんじん、マカロニ、トマト、大根、玉ねぎ、きゅうり
25	土	軟飯、豆腐の野菜あんかけ煮、ほうれん草の和え物、チンゲン菜のスープ	米、鶏ささみひき肉、豆腐、ほうれん草、チンゲン菜、玉ねぎ、にんじん、大根
27	月	軟飯、ベビーマーボー、ひじきの和え物、ほうれん草のスープ	米、鶏ささみひき肉、豆腐、ほうれん草、キャベツ、玉ねぎ、にんじん
28	水	軟飯、白身魚の照り焼き、キャベツの和え物、大根のスープ	米、白身魚、ほうれん草、キャベツ、大根、にんじん、ねぎ
30	水	軟飯、チキンバーグ、アスパラのサラダ、キャベツのスープ	米、鶏ささみひき肉、アスパラ、玉ねぎ、にんじん、パン粉、キャベツ、きゅうり

※材料その他の都合により変更する場合があります。

## 離乳食ってなあに？



離乳食の目的は、生後5.6か月頃から、1歳6か月頃までの約1年間をかけて、ミルクだけの食事から、大人の食事に近いものを食べられるようにすることです。

ポイントは「あせらず・ゆっくり」赤ちゃんの様子を見ながら、食べたい意欲を引き出し、食べる楽しさの体験を増やしていきたいいきましょう。

