



# 離乳食献立

日にち	献立名	材料名			午後のおやつ
		熱ゆかりとなる食品	血や肉となる食品	からだの調子を整える食品	
1・17	白菜と鶏肉の中華丼 大根スープ	米 小麦粉 ジャがいも	鶏ささみひき肉 豆腐 牛乳	白菜 人参 玉ねぎ 大根 あさつき オレンジ	1:バナナパンケーキ 17:ふかしいも
2	おかゆ ミートボールのケチャップ煮 かぼちゃスープ	米 小麦粉 ジャがいも	鶏ささみひき肉 豆腐 豆乳	玉ねぎ ケチャップ キャベツ 人参 きゅうり かぼちゃ	ふかしいも
3・18	おかゆ 鶏だんごと野菜の煮物 豆腐のみそ汁	米 小麦粉	鶏ささみひき肉 白みそ 牛乳	大根 玉ねぎ わかめ ねぎ	ミルクパンケーキ
4・21	ボロネーゼ キャベツのスープ バナナ	スパゲッティー 米	鶏ささみひき肉 ツナ水煮缶	玉ねぎ 人参 トマト缶 ケチャップ キャベツ もやし バナナ	人参とツナのおかゆ
5・19	ツナと野菜の雑炊 ほうれん草のすまし汁	米	ツナ水煮缶	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 もやし	米せんべい
7・22	おかゆ 大根と肉だんごのみそ煮 野菜スープ	米 マカロニ 片栗粉	鶏ささみひき肉 白みそ	大根 ねぎ 人参 わかめ 玉ねぎ ケチャップ	マカロニのケチャップ煮
8・23	おかゆ かれいと野菜のあんかけ キャベツのスープ	米 片栗粉 さつまいも	かれい	ブロッコリー キャベツ もやし 大根	大根の煮付け
9・25	ほうれん草のそぼろ丼 豆腐とコーンのスープ	米 片栗粉 食パン	鶏ささみひき肉 豆腐	もやし ほうれん草 人参 クリームコーン缶 ねぎ	食パン
10・24	豆乳パン 鶏だんごとじゃがいものトマト 煮 玉ねぎのスープ	豆乳パン ジャがいも マカロニ 米	鶏ささみひき肉 ツナ水煮缶	人参 玉ねぎ キャベツ トマト缶 きゅうり	ツナがゆ
11・31	おかゆ 小松菜のそぼろ煮 豆腐のみそ汁	米	鶏ささみひき肉 豆腐 きな粉 赤みそ	玉ねぎ 小松菜 人参 もやし わかめ ねぎ	きな粉がゆ
12・26	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 レタスのスープ	米 ジャがいも	豆腐	玉ねぎ 人参 コーン缶 ピーマン レタス きゅうり オレンジ	ふかしいも
28	おかゆ 鶏だんごのケチャップ煮 切干大根のスープ	米 片栗粉 さつまいも	鶏ささみひき肉 しらす干し	玉ねぎ 人参 ピーマン 切干大根 わかめ ケチャップ かぼちゃ	かぼちゃのおやき
15・29	おかゆ 鶏と野菜のみそ煮 ほうれん草のスープ	米 小麦粉	鶏ささみひき肉 豆腐 赤みそ 牛乳	大根 人参 ねぎ ほうれん草 もやし バナナ	バナナパンケーキ
16・30	おかゆ 鮭と野菜の煮物 さつまいものみそ汁	米 さつまいも 食パン	鮭	ブロッコリー 人参 コーン缶 わかめ 玉ねぎ	食パン

※献立は後期食になります。初期・中期食は段階に合わせ調理します。

※中期から、かつおの削り節でとっただしを使用しています。

※献立は変更になる場合があります。 ※必要に応じ片栗粉を使用します。