



離乳食献立



日にち	献立名	材料名			午後のおやつ
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	からだの調子を整える食品	
1・22	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ 白菜のすまし汁	米 小麦粉	豆腐 牛乳	小松菜 人参 玉ねぎ 白菜 あさつき	にんじん蒸しパン
2・16	おかゆ 鶏だんごのケチャップ煮 玉ねぎのスープ	米	鶏ささみひき肉 豆腐	人参 もやし 玉ねぎ ねぎ	野菜がゆ
3・17	おかゆ 豆腐と春雨の煮物 もやしのスープ	米 春雨 小麦粉	豆腐 牛乳	玉ねぎ 人参 きゅうり もやし コーン缶	ミルクパンケーキ
4・18	豆乳パン ツナじゃが コーンスープ	米 じゃがいも 豆乳パン マカロニ	ツナ水煮缶 牛乳	玉ねぎ パプリカ 人参 コーン缶 キャベツ もやし コーンクリーム案	マカロニのミルク煮
5・19	おかゆ さわらの野菜あんかけ 豆腐のみそ汁	米 小麦粉	豆腐 赤みそ 牛乳	ほうれん草 もやし コーン缶 人参 ねぎ	ミルクパンケーキ
8・29	おかゆ 鮭のクリーム煮 小松菜のすまし汁	米 うどん じゃがいも	鮭	玉ねぎ 小松菜 もやし 人参	野菜うどん
9・23	鶏そぼろ丼 もずくのスープ おかゆ	米 じゃがいも	鶏ささみひき肉	玉ねぎ 人参 もやし きゅうり キャベツ もずく	蒸しポテト
10・24	サツマイモのバスタ ツナスープ	米 パスタ さつまいも	ツナの水煮缶	パプリカ 玉ねぎ キャベツ 人参 きゅうり コーン缶	おかかがゆ
11	キャベツと鶏だんごの煮物 ブロッコリーのスープ おかゆ	米 小麦粉	鶏ささみひき肉	玉ねぎ 人参 ビーマン きゅうり キャベツ コーン缶 ブロッコリー もやし ねぎ ほうれん草	ほうれん草の蒸しパン
12・30	切干大根の煮浸し 豆腐のみそ汁 おかゆ	米 食パン	豆腐	キャベツ 玉ねぎ 人参 切干大根 あさつき	食パン
15	あんかけ豆腐 冬瓜のスープ おかゆ	米 食パン	豆腐 ツナ	冬瓜 人参 小松菜	食パン
25	おかゆ 鶏だんごとじゃがいものトマト煮 キャベツのスープ	米 小麦粉 じゃがいも	鶏ささみひき肉	人参 玉ねぎ トマト缶 もやし キャベツ	ミルクパンケーキ
18	おかゆ ツナじゃが わかめスープ	米 マカロニ じゃがいも	ツナ水煮缶 花かつお	ビーマン 人参 玉ねぎ わかめ	マカロニのおかか煮

※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。

※調味料は、中期から砂糖・しょうゆ・みそを使用します。後期からケチャップを使用します。

※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。