

## 令和 3年10月 離乳食献立表

		中期	後期
1 (金)	昼食	・パン粥(食パン)・にんじんスープ・豆腐の煮物・さつまいも煮	・パン粥(食パン)・チンゲンサイスープ・豆腐の煮物・キャベツの和え物
	午後		・さつまいもスティック
2 (土)	昼食	・7倍粥・大根スープ・かぼちゃのひき肉あんかけ・きゅうりの煮浸し	・全粥・すまし汁・かぼちゃのそぼろ煮・きゅうりのお浸し
	午後		・ハイハイ
4 (月)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・煮魚・にんじん煮	・全粥・みそ汁・煮魚・ピーマンのサラダ
	午後		・バナナスティック
5 (火)	昼食	・煮込みうどん・じゃがいも煮・オレンジ	・煮込みうどん・じゃがいもサラダ・オレンジ
	午後		・わかめ粥
6 (水)	昼食	・7倍粥・ほうれん草のスープ・玉ねぎのひき肉あんかけ・トマト煮	・全粥・ほうれん草のスープ・鶏肉と玉ねぎの炒め煮・トマト
	午後		・パン粥(食パン)
7 (木)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・煮魚・かぼちゃ煮	・全粥・みそ汁・煮魚・かぼちゃの甘煮
	午後		・ハイハイ
8 (金)	昼食	・7倍粥・にんじんスープ・きゅうりのひき肉あんかけ・りんご	・全粥・にんじんスープ・大豆の煮物・りんご
	午後		・じゃがいもスティック
9 (土)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・豆腐の煮物・ほうれん草の煮浸し	・全粥・ニラスープ・豚肉豆腐・ほうれん草の和え物
	午後		・ハイハイ
11 (月)	昼食	・7倍粥・すまし汁・ひき肉とにんじんのだし煮・白菜の煮浸し	・全粥・すまし汁・鶏肉の煮物・白菜のおひたし
	午後		・バナナ
12 (火)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・煮魚・きゅうりの煮浸し	・全粥・じゃがいものスープ・白身魚の旨煮・きゅうりのサラダ
	午後		・キャベツ粥
13 (水)	昼食	・7倍粥・大根スープ・キャベツのひき肉あんかけ・ブロッコリー煮	・全粥・みそ汁・鶏肉の野菜炒め風・ブロッコリーサラダ
	午後		・かぼちゃの甘煮
14 (木)	昼食	・7倍粥・玉ねぎスープ・豆腐のそぼろあんかけ・にんじんの煮浸し	・全粥・わかめスープ・豆腐ステーキ・柿
	午後		・ハイハイ
15 (金)	昼食	・7倍粥・すまし汁・ほうれん草のひき肉あんかけ・キャベツのお浸し	・全粥・とうもろこしスープ・鶏ひき肉とほうれん草の炒め煮・キャベツの和え物
	午後		・パン粥(食パン)

		中期	後期
16 (土)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・鶏肉の煮物・きゅうりの煮浸し	・全粥・じゃがいものスープ・牛肉と野菜の旨煮・きゅうりスティック
	午後		・ハイハイ
18 (月)	昼食	・7倍粥・大根スープ・小松菜のそぼろあんかけ・白菜の煮浸し	・全粥・もやしのスープ・小松菜の納豆和え・白菜の煮浸し
	午後		・大根スティック
19 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・キャベツのひき肉あんかけ・ブロッコリー煮	・全粥・すまし汁・鶏肉の野菜炒め風・ブロッコリーサラダ
	午後		・さつまいもの甘煮
20 (水)	昼食	・7倍粥・ブロッコリーのスープ・じゃがいものそぼろあんかけ・みかん	・全粥・野菜スープ・肉じゃが・みかん
	午後		・ブロッコリー粥
21 (木)	昼食	・7倍粥・なすのスープ・煮魚・かぼちゃのやわらか煮	・全粥・みそ汁・煮魚・かぼちゃのやわらか煮
	午後		・ハイハイ
22 (金)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・きゅうりのそぼろ煮・梨	・全粥・とうもろこしスープ・鶏肉ときゅうりの炒め煮・梨
	午後		・じゃがいもスティック
23 (土)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・玉ねぎのひき肉あんかけ・にんじんの煮浸し	・全粥・白菜スープ・豚肉野菜炒め・ピーマンのサラダ
	午後		・ハイハイ
25 (月)	昼食	・パン粥(食パン)・トマトスープ・白身魚の旨煮・キャベツの煮浸し	・パン粥(食パン)・トマトスープ・白身魚の旨煮・キャベツの和え物
	午後		・じゃがいも煮
26 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・にんじんとしらす煮・きゅうりのお浸し	・全粥・すまし汁・鶏肉の煮物・きゅうりのサラダ
	午後		・しらす雑炊
27 (水)	昼食	・7倍粥・チンゲンサイスープ・豆腐の煮物・キャベツの煮浸し	・全粥・もやしのスープ・豆腐とチンゲン菜の洋風煮・ピーマンのおひたし
	午後		・にんじんスティック
28 (木)	昼食	・7倍粥・大根スープ・煮魚・小松菜の煮浸し	・全粥・みそ汁・煮魚・さといものやわらか煮
	午後		・ハイハイ
29 (金)	昼食	・7倍粥・ブロッコリースープ・かぼちゃのそぼろ煮・みかん	・全粥・ブロッコリースープ・鶏肉とピーマンの炒め煮・みかん
	午後		・かぼちゃ粥
30 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・さつまいものそぼろあんかけ・バナナ	・全粥・にらスープ・豚肉とさつまいもの煮物・バナナスティック
	午後		・ハイハイ