

令和 4年10月 離乳食献立表

		中期	後期
1 (土)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・豆腐の煮物・大根煮浸し	・全粥・白菜スープ・豆腐ステーキ・大根の旨煮
	午後		・ハイハイン
3 (月)	昼食	・7倍粥・すまし汁・ひき肉と玉ねぎのだし煮・きゅうりの煮浸し	・全粥・味噌汁・鶏肉の煮物・もやしの和え物
	午後		・きゅうりスティック
4 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・大根のそぼろあんかけ・トマト煮	・全粥・すまし汁・ピーマンとひき肉炒め・トマト煮
	午後		・さつまいもスティック
5 (水)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・煮魚・キャベツの煮浸し	・全粥・野菜スープ・煮魚・キャベツの和え物
	午後		・りんご
6 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・ブロッコリーのひき肉あんかけ・梨	・全粥・もやしのスープ・鶏肉の野菜炒め風・梨
	午後		・ハイハイン
7 (金)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・ほうれん草の煮浸し	・全粥・すまし汁・魚の味噌煮・ほうれん草の和え物
	午後		・かぼちゃ粥
8 (土)	昼食	・煮込みうどん・大根の旨煮・じゃがいも煮	・煮込みうどん・わかめサラダ・じゃがいも煮
	午後		・ハイハイン
11 (火)	昼食	・パン粥(食パン)・さつまいもスープ・きゅうりのしらすあんかけ・キャベツの煮浸し	・パン粥(食パン)・さつまいもスープ・鶏肉の煮物・きゅうりのサラダ
	午後		・しらす雑炊
12 (水)	昼食	・7倍粥・小松菜スープ・魚の旨煮・キャベツの煮浸し	・全粥・小松菜スープ・魚の旨煮・キャベツのお浸し
	午後		・さといも煮
13 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・じゃがいものそぼろあんかけ・きゅうりの煮浸し	・全粥・すまし汁・大豆煮・ポテトサラダ
	午後		・ハイハイン
14 (金)	昼食	・7倍粥・大根スープ・ひき肉と玉ねぎのだし煮・バナナ	・全粥・味噌汁・鶏肉と玉ねぎの炒め煮・バナナ
	午後		・じゃがいもスティック
15 (土)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・きゅうりのそぼろ煮・チンゲン菜煮浸し	・全粥・もやしのスープ・鶏肉の煮物・とうもろこしサラダ
	午後		・ハイハイン
17 (月)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・ブロッコリー煮	・全粥・すまし汁・煮魚・ブロッコリーサラダ
	午後		・かぼちゃ粥

		中期	後期
18 (火)	昼食	・7倍粥・なすスープ・小松菜のしらすあんかけ・さつまいも煮	・全粥・味噌汁・豚肉と小松菜の煮物・もやしの和え物
	午後		・さつまいもスティック
19 (水)	昼食	・7倍粥・キャベツのスープ・肉じゃが・みかん	・全粥・キャベツのスープ・肉じゃが・みかん
	午後		・野菜雑炊
20 (木)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・魚の旨煮・きゅうりの煮浸し	・全粥・わかめスープ・魚の味噌煮・ピーマンのお浸し
	午後		・パン粥(食パン)
21 (金)	昼食	・7倍粥・ブロッコリースープ・キャベツのひき肉あんかけ・じゃがいも煮	・全粥・ブロッコリースープ・キャベツとひき肉炒め・にんじん煮
	午後		・じゃがいもスティック
22 (土)	昼食	・7倍粥・チンゲンサイスープ・大根のそぼろ煮・バナナ	・全粥・チンゲンサイスープ・大豆煮・バナナ
	午後		・ハイハイ
24 (月)	昼食	・7倍粥・大根スープ・ヨーグルト・玉ねぎの煮物	・全粥・大根スープ・ヨーグルト・きゅうりのサラダ
	午後		・ツナ粥
25 (火)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・煮魚・なすの煮浸し	・全粥・味噌汁・煮魚・なすの煮浸し
	午後		・里芋のやわらか煮
26 (水)	昼食	・7倍粥・ほうれん草スープ・ひき肉とにんじんのだし煮・かぼちゃの甘煮	・全粥・にらスープ・鶏ひき肉とほうれん草の煮物・にんじんの煮浸し
	午後		・かぼちゃ雑炊
27 (木)	昼食	・パン粥(食パン)・じゃがいものスープ・キャベツのひき肉あんかけ・りんご	・パン粥(食パン)・じゃがいものスープ・ツナとキャベツの炒め煮・りんご
	午後		・ハイハイ
28 (金)	昼食	・7倍粥・すまし汁・鶏肉ときゅうりの煮物・キャベツの煮浸し	・全粥・みそ汁・納豆煮・ひじきサラダ
	午後		・きゅうりスティック
29 (土)	昼食	・7倍粥・小松菜スープ・豆腐の煮物・トマト煮	・全粥・とうもろこしスープ・豆腐ステーキ・トマトサラダ
	午後		・ハイハイ
31 (月)	昼食	・7倍粥・トマトスープ・ブロッコリーのそぼろあんかけ・かぼちゃ煮	・全粥・トマトスープ・鶏肉の煮物・かぼちゃサラダ
	午後		・パン粥(食パン)