

令和 3年 3月 離乳食献立表

		中期	後期
1 (月)	昼食	・7倍粥・かぼちゃのスープ・玉ねぎのひき肉あんかけ・にんじん煮	・全粥・かぼちゃのみそ汁・納豆と玉ねぎの煮物・にんじんサラダ
	午後		・パン粥(食パン)
2 (火)	昼食	・7倍粥・小松菜スープ・煮魚・りんご	・全粥・すまし汁・煮魚・りんご
	午後		・さつまいもの甘煮
3 (水)	昼食	・彩り雑炊・豆腐スープ・鶏肉の煮物・ブロッコリー煮	・彩り雑炊・野菜スープ・鶏肉のやわらか煮・ブロッコリーサラダ
	午後		・にんじんスティック
4 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・白身魚の旨煮・キャベツの煮びたし	・全粥・すまし汁・鮭の洋風煮・キャベツの和え物
	午後		・ハイハイ
5 (金)	昼食	・7倍粥・かぶのスープ・そぼろあんかけ・バナナ	・全粥・かぶのスープ・そぼろ煮・バナナ
	午後		・にんじんの煮浸し
6 (土)	昼食	・7倍粥・大根スープ・鶏肉の煮物・ほうれん草煮	・全粥・大根スープ・豚肉野菜炒め・ほうれん草の煮浸し
	午後		・ハイハイ
8 (月)	昼食	・鶏雑炊・オニオンスープ・にんじん煮・バナナ	・栄養雑炊・オニオンスープ・もやしの和え物・バナナ
	午後		・わかめ粥
9 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・大根のひき肉あんかけ・ほうれん草煮	・全粥・すまし汁・豚肉の味噌炒め・ほうれん草のやわらか煮
	午後		・大根スティック
10 (水)	昼食	・7倍粥・にんじんスープ・白身魚の旨煮・きゅうりの煮浸し	・全粥・チンゲンサイスープ・白身魚の旨煮・きゅうりのサラダ
	午後		・野菜のとろとろ煮
11 (木)	昼食		
	午後		・パン粥(食パン)
12 (金)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・二色煮	・全粥・すまし汁・煮魚・野菜炒め
	午後		・にんじんの煮浸し
13 (土)	昼食	・鶏雑炊・にんじんスープ・きゅうりの煮浸し・ゆでキャベツ	・煮込みスパゲティ・チンゲン菜のスープ・大豆サラダ
	午後		・ハイハイ
15 (月)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・にんじんのそぼろあん・しらす煮	・全粥・みそ汁・肉団子とにんじんのやわらか煮・もやしの和え物
	午後		・しらす雑炊

		中期	後期
16 (火)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・鶏肉の煮物・きゅうり煮	・全粥・白菜スープ・鶏肉の煮物・スパゲティサラダ
	午後		・きゅうりスティック
17 (水)	昼食	・7倍粥・大根スープ・鮭の旨煮・キャベツ煮浸し	・全粥・みそ汁・鮭の旨煮・キャベツのお浸し
	午後		・りんご
18 (木)	昼食	・7倍粥・ほうれん草スープ・鶏肉の煮物・じゃがいも煮	・全粥・ほうれん草スープ・鶏肉の野菜炒め風・じゃがいも煮
	午後		・かぼちゃ粥
19 (金)	昼食	・パン粥(食パン)・とうもろこしスープ・白身魚の旨煮・ブロッコリー煮	・パン粥・とうもろこしスープ・白身魚の洋風煮・ブロッコリーサラダ
	午後		・ネーブルオレンジ
22 (月)	昼食	・7倍粥・キャベツのスープ・ほうれん草のそぼろあん・かぼちゃの甘煮	・全粥・みそ汁・鶏ひき肉とほうれん草の炒め煮・にんじんスティック
	午後		・かぼちゃの甘煮
23 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・鶏肉と野菜の煮物・小松菜の煮浸し	・全粥・すまし汁・豆腐のそぼろあんかけ・小松菜の煮浸し
	午後		・野菜雑炊
24 (水)	昼食	・7倍粥・とうもろこしスープ・にんじん甘煮・きゅうりの煮浸し	・全粥・とうもろこしスープ・肉団子・にんじんサラダ
	午後		・きゅうりスティック
25 (木)	昼食	・7倍粥・さつまいもスープ・煮魚・にんじん煮浸し	・全粥・みそ汁・白身魚の彩り煮・もやしのサラダ
	午後		・ハイハイ
26 (金)	昼食	・煮込みうどん・じゃがいものそぼろあんかけ・清見タンゴール	・煮込みうどん・ツナとじゃがいもの煮物・清見タンゴール
	午後		・おなか雑炊
27 (土)	昼食	・とうもろこし雑炊・キャベツのスープ・鶏肉の煮物・ゆでブロッコリー	・とうもろこし雑炊・キャベツのスープ・肉団子・ブロッコリーサラダ
	午後		・ハイハイ
29 (月)	昼食	・7倍粥・白菜のスープ・白身魚の旨煮・大根煮	・全粥・白菜のスープ・白身魚の旨煮・彩り野菜スティック
	午後		・大豆がゆ
30 (火)	昼食	・パン粥(食パン)・キャベツのスープ・鶏肉の煮物・ポイルブロッコリー	・パン粥(食パン)・キャベツのスープ・鶏肉の煮物・ブロッコリーサラダ
	午後		・わかめ雑炊
31 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・鮭の彩り煮・バナナ	・全粥・すまし汁・白身魚の味噌煮・バナナ
	午後		・じゃがいも煮