

令和 5年 1月 離乳食献立表

		中期	後期
4 (水)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・じゃがいものそぼろあんかけ・きゅうりの煮浸し	・全粥・野菜スープ・豚肉の炒め物・きゅうりサラダ
	午後		・じゃがいもスティック
5 (木)	昼食	・7倍粥・ブロッコリーのスープ・豆腐の煮物・白菜の煮浸し	・全粥・ブロッコリーのスープ・豆腐の煮物・白菜のお浸し
	午後		・ハイハイン
6 (金)	昼食	・パン粥(食パン)・トマトスープ・煮魚・さつまいも煮	・パン粥(食パン)・とうもろこしスープ・魚のトマト煮・さつまいもサラダ
	午後		・しらす粥
7 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・キャベツのひき肉あんかけ・バナナ	・全粥・すまし汁・豚肉とキャベツの煮物・バナナ
	午後		・ハイハイン
10 (火)	昼食	・7倍粥・大根スープ・煮魚・ほうれん草煮浸し	・全粥・さといもスープ・煮魚・ほうれん草の和え物
	午後		・さつまいもスティック
11 (水)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・ブロッコリーのそぼろ煮・みかん	・全粥・白菜スープ・牛肉の炒め煮・みかん
	午後		・ブロッコリー雑炊
12 (木)	昼食	・7倍粥・キャベツのスープ・魚の彩り煮・大根の煮浸し	・全粥・キャベツのスープ・魚の彩り煮・大根の旨煮
	午後		・ハイハイン
13 (金)	昼食	・煮込みうどん・ひき肉と玉ねぎのだし煮・にんじんの煮浸し	・煮込みうどん・大豆煮・もやしサラダ
	午後		・しらす粥
14 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・かぶのそぼろあんかけ・さつまいも煮	・全粥・わかめスープ・豚肉とピーマンの炒めもの・さつまいも煮
	午後		・ハイハイン
16 (月)	昼食	・7倍粥・大根スープ・鶏肉の煮物・りんご	・全粥・みそ汁・鶏肉の煮物・りんご
	午後		・かぼちゃの甘煮
17 (火)	昼食	・7倍粥・小松菜スープ・豆腐の煮物・きゅうり煮浸し	・全粥・小松菜スープ・豆腐ステーキ・きゅうりのサラダ
	午後		・麩粥
18 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・キャベツのひき肉あんかけ・りんご	・全粥・すまし汁・牛肉とキャベツ炒め・りんご
	午後		・ヨーグルト
19 (木)	昼食	・7倍粥・ブロッコリースープ・煮魚・さつまいもの甘煮	・全粥・さつまいもスープ・煮魚・ブロッコリーサラダ
	午後		・ハイハイン

		中期	後期
20 (金)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・きゅうりのそぼろ煮・みかん	・全粥・野菜スープ・大豆煮・みかん
	午後		・じゃがいもスティック
21 (土)	昼食	・7倍粥・キャベツのスープ・じゃがいものひき肉あんかけ・チンゲン菜の煮浸し	・全粥・キャベツのスープ・肉じゃが・チンゲン菜のお浸し
	午後		・ハイハイン
23 (月)	昼食	・7倍粥・すまし汁・ほうれん草の鶏ひき肉あんかけ・キャベツの煮浸し	・全粥・みそ汁・豚肉野菜炒め・ほうれん草サラダ
	午後		・さといも煮
24 (火)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・豆腐の煮物・きゅうりの煮浸し	・全粥・白菜スープ・豆腐とかぶの煮物・きゅうりのサラダ
	午後		・じゃがいもスティック
25 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・小松菜の煮浸し	・全粥・みそ汁・魚の彩り煮・もやしの和え物
	午後		・ひじき粥
26 (木)	昼食	・パン粥(食パン)・キャベツのスープ・じゃがいものそぼろ煮・バナナ	・パン粥(食パン)・キャベツのスープ・大豆煮・バナナ
	午後		・ハイハイン
27 (金)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・煮魚・なすの煮物	・全粥・野菜スープ・煮魚・なすの煮物
	午後		・いちご
28 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・きゅうりのそぼろあんかけ・さつまいもの甘煮	・全粥・わかめスープ・さつまいもの豚肉煮・ピーマンのサラダ
	午後		・ハイハイン
30 (月)	昼食	・7倍粥・かぼちゃスープ・魚の旨煮・ブロッコリー煮	・全粥・白菜スープ・魚の旨煮・ブロッコリーお浸し
	午後		・かぼちゃの甘煮
31 (火)	昼食	・7倍粥・大根スープ・ひき肉と小松菜のだし煮・りんご	・全粥・すまし汁・豚肉の煮物・りんご
	午後		・野菜雑炊