

離乳食献立表

	後期食	午後おやつ(牛乳がつきます。)
1(木)	ごはん みそ肉じゃが きゅうりの煮浸し すまし汁 いちご	バナナホットケーキ
	(米、豚肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり、大根、いちご、バナナ)	(ホットケーキ粉、卵、牛乳、バナナ)
2(金)	パン 鶏肉と玉ねぎの煮物 かぼちゃサラダ 卵スープ ヨーグルト	鮭おにぎり
	(パン、鶏肉、玉ねぎ、南瓜、きゅうり、卵、キャベツ、人参、ヨーグルト)	(米、鮭フレーク、ごま)
5(月)	ごはん 鶏肉と野菜の煮付 春キャベツのサラダ 豆腐のスープ バナナ	スティックパン
	(米、鶏肉、木綿豆腐、人参、きゅうり、キャベツ、大根、小松菜、ねぎ バナナ)	(食パン)
6(火)	あんかけ肉うどん さつま芋のレーズン煮 スティック人参 ヨーグルト	鶏肉と人参の混ぜごはん
	(うどん、豚肉、さつま芋、レーズン、玉ねぎ、人参、ねぎ、ほうれんそう、ヨーグルト)	(米、鶏肉、人参)
7(水)	ごはん 鮭のみそ煮 ほうれん草の胡麻和え 麩のすまし汁 いちご	野菜と鶏肉のうどん
	(米、鮭、ほうれんそう、にんじん、白菜、ごま、麩、えのき、玉ねぎ、いちご)	(うどん、ピーマン、人参、玉ねぎ)
8(木)	ごはん ツナと野菜の卵とじ おかか和え みそ汁 バナナ	スイートポテト
	(米、ツナ、卵、人参、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、ちんげんさい、しめじ、バナナ)	(さつま芋、バター、牛乳、卵)
9(金)	パン 豚肉とやさいのとじ煮 マカロニサラダ コーンスープ、りんご	菜飯おにぎり
	(米、豚肉、キャベツ、もやし、マカロニ、人参、きゅうり、じゃが芋、玉ねぎ、クリームコーン缶、りんご)	(米、小松菜)
12(月)	ごはん 豚肉のみそ煮 こぶき芋 具だくさんみそ汁 オレンジ	チーズのホットケーキ
	(パン、豆腐、ほうれん草、玉ねぎ、牛乳、小松菜、もやし、えのき、しめじ、人参、絹さや、バナナ)	(ホットケーキ粉、卵、牛乳、チーズ)
13(火)	パン 鶏団子 アスパラの煮浸し きのことスープ バナナヨーグルト	きな粉おにぎり
	(パン、鶏ひき肉、おから、玉ねぎ、キャベツ、えのき、しめじ、小松菜、グリーンアスパラ、)	(米、きな粉)
14(水)	ごはん たらと青のりのとじ煮 ひじき煮 かきたま汁 バナナ	キャベツと豚肉のうどん
	(ごはん、たら、青のり、ひじき、人参、絹さや、ねぎ、ちんげんさい、バナナ)	(うどん、キャベツ、豚肉)
15(木)	ごはん 肉豆腐 青菜和え みそ汁 りんご	赤ちゃん用お菓子
	(米、焼き豆腐、豚肉、玉ねぎ、えのき、小松菜、キャベツ、さつま芋、もやし、りんご)	
16(金)	親子丼 きんぴらごぼう風煮物 つぶし大豆のみそ汁 いちご	かぼちゃクリームサンド
	(鶏ひき肉、卵、大豆、玉ねぎ、ごぼう、人参、いんげん、小松菜、人参、えのき、いちご)	(パン、かぼちゃ、牛乳)

19(月)	パン オムレツ風炒り卵 そうめんサラダ おくらのスープ オレンジ	かつお節のおにぎり
	(パン、卵、豚ひき肉、そうめん、キャベツ、人参、きゅうり、おくら、玉ねぎ、ピーマン、オレンジ)	(米、かつお節)
20(火)	豚そぼろ丼 切干大根の和え物 すまし汁 りんご	野菜のケーキサレ
	(米、豚ひき肉、玉ねぎ、ほうれんそう、人参、切干大根、さと芋、白菜、ごぼう、りんご)	(法蓮草、コーン、南瓜、ホットケーキ粉)
21(水)	ごはん 納豆入り鶏団子煮 きゅうりの和え物 みそ汁	ふかし芋
	(米、納豆、鶏ひき肉、きゅうり、人参、カットわかめ、青梗菜、玉ねぎ、えのき、バナナ)	(さつま芋)
22(木)	あんかけうどん ブロッコリーとツナのサラダ ポテトスープ いちご	鶏肉と野菜の混ぜ御飯
	(うどん、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ブロッコリー、ツナ、じゃが芋、コーン、いちご)	(米、鶏ひき肉、人参、もやし)
23(金)	ごはん 鮭のみそ煮 白和え すまし汁 バナナ	赤ちゃん用お菓子
	(米、鮭、木綿豆腐、枝豆、人参、じゃが芋、玉ねぎ、キャベツ、コーン、バナナ)	
26(月)	豚そぼろと豆腐のごはん はるさめサラダ すまし汁 バナナ	スティックパン
	(米、豚ひき肉、木綿豆腐、ねぎ、はるさめ、きゅうり、人参、青梗菜、玉ねぎ、バナナ)	(食パン)
27(火)	パン クリームシチュー風 きゅうりのサラダ かぼちゃスープ オレンジ	きな粉のおにぎり
	(米、鶏ひき肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、いんげん、キャベツ、きゅうり、かぼちゃ、オレンジ)	赤ちゃん用お菓子
28(水)	ごはん 鮭の煮付 納豆和え みそ汁 ヨーグルト	お好み焼風お焼き
	(米、鮭、納豆、もやし、小松菜、人参、なす、青梗菜、玉ねぎ、ヨーグルト)	(鶏ひき肉、、キャベツ、小麦粉)
30(金)	ごはん チキンバーグ煮込み ほうれん草のサラダ さつま芋スープ りんご	赤ちゃん用お菓子
	(米、鶏ひき肉、ほうれん草、コーン、しめじ、赤ピーマン、さつま芋、白菜、玉ねぎ、りんご)	

※仕入れの都合により、献立に変更が生じることがあります。ご了承ください。