

離乳食 予定献立表 2022 年度 7 月 1 日 (金) ~ 7 月 30 日 (土)

*食材・子どもの体調などにより、献立を変更する場合があります。 あらかじめ御了承下さい。

	11・25 日(月)	12・26 日(火)	13・27 日(水)	14・28 日(木)	15・29 日(金)	16・30 日(土)
中期	5倍がゆ 鶏ミンチのだし煮、 玉ねぎとちんげん菜のだし煮、 野菜スープ	5倍がゆ 白身魚のだし煮、 人参とじゃが芋のだし煮、 野菜スープ	5倍がゆ しらすのだし煮、 冬瓜とほうれん草のだし煮、 野菜スープ	5倍がゆ 豆腐のだし煮、 きゃべつと南瓜のだし煮、 野菜スープ	5倍がゆ 白身魚のだし煮、 小松菜と人参のだし煮、 野菜スープ	5倍がゆ しらすのだし煮、 南瓜と玉ねぎのだし煮、 野菜スープ
後期	全がゆ 鶏ミンチと人参の煮物 (鶏ミンチ、人参、しょうゆ、だし) 玉ねぎとちんげん菜の和え物 (玉ねぎ、ちんげん菜、しお) ほうれん草のすまし汁 (ほうれん草、しょうゆ、だし) スティック: 人参	全がゆ 白身魚と玉ねぎの煮物 (白身魚、玉ねぎ、しょうゆ、だし) 人参とじゃが芋の和え物 (人参、じゃが芋、しお) 南瓜のみそ汁 (南瓜、みそ、だし) スティック: 南瓜	全がゆ しらすとさつま芋の煮物 (しらす、さつま芋、しょうゆ、だし) 冬瓜とほうれん草の和え物 (冬瓜、ほうれん草、しお) 人参のみそ汁 (人参、みそ、だし) スティック: さつま芋	全がゆ 豆腐と玉ねぎの煮物 (豆腐、玉ねぎ、しょうゆ、だし) きゃべつと南瓜の和え物 (きゃべつ、南瓜、しお) おからのすまし汁 (おから、しょうゆ、だし) スティック: きゅうり	全がゆ 白身魚と南瓜の煮物 (白身魚、南瓜、しょうゆ、だし) 小松菜と人参の和え物 (小松菜、人参、しお) もやしのみそ汁 (もやし、みそ、だし) スティック: じゃが芋	全がゆ しらすと小松菜の煮物 (しらす、小松菜、しょうゆ、だし) 南瓜と玉ねぎの和え物 (南瓜、玉ねぎ、しお) ほうれん草のすまし汁 (ほうれん草、しょうゆ、だし) スティック: 南瓜
おやつ	あか 赤ちゃんお菓子	さつま芋おやき (さつま芋、しお)	マカロニきな粉 (マカロニ、きな粉)	千切り (鶏ミンチ、ズッキーニ、しお、 小麦粉、サラダ油)	煮りんご (りんご)	あか 赤ちゃんお菓子
	4 日(月)	5・19 日(火)	6・20 日(水)	7・21 日(木)	8・22 日(金)	9・23 日(土)
中期	5倍がゆ 鶏ささみのだし煮、 ちんげん菜と冬瓜のだし煮、 野菜スープ	5倍がゆ しらすのだし煮、 さつま芋と玉ねぎのだし煮、 野菜スープ	5倍がゆ 豆腐のだし煮、 人参ときゃべつのだし煮、 野菜スープ	5倍がゆ 白身魚のだし煮、 小松菜とじゃが芋のだし煮、 野菜スープ	5倍がゆ 豆腐のだし煮、 きゃべつと玉ねぎのだし煮、 野菜スープ	5倍がゆ 鶏ささみのだし煮、 じゃが芋と人参のだし煮、 野菜スープ
後期	全がゆ 鶏ささみと人参の煮物 (鶏ささみ、人参、しょうゆ、だし) ちんげん菜と冬瓜の和え物 (ちんげん菜、冬瓜、しお) 玉ねぎのすまし汁 (玉ねぎ、しょうゆ、だし) スティック: 人参	全がゆ しらすとピーマンの煮物 (しらす、ピーマン、しょうゆ、だし) さつま芋と玉ねぎの和え物 (さつま芋、玉ねぎ、しお) ほうれん草のみそ汁 (ほうれん草、みそ、だし) スティック: きゅうり	全がゆ 豆腐とズッキーニの煮物 (豆腐、ズッキーニ、しょうゆ、だし) 人参ときゃべつの和え物 (人参、きゃべつ、しお) 南瓜のみそ汁 (南瓜、しょうゆ、だし) スティック: 南瓜	全がゆ 白身魚とほうれん草の煮物 (白身魚、ほうれん草、しょうゆ、だし) 小松菜とじゃが芋の和え物 (小松菜、じゃが芋、しお) 人参のみそ汁 (人参、みそ、だし) スティック: 人参	全がゆ 豆腐と南瓜の煮物 (豆腐、南瓜、しょうゆ、だし) きゃべつと玉ねぎの和え物 (きゃべつ、玉ねぎ、しお) おからのすまし汁 (おから、しょうゆ、だし) スティック: さつま芋	全がゆ 鶏ささみと小松菜の煮物 (鶏ささみ、小松菜、しょうゆ、だし) じゃが芋と人参の和え物 (じゃが芋、人参、しお) 玉ねぎのみそ汁 (玉ねぎ、みそ、だし) スティック: じゃが芋
おやつ	あか 赤ちゃんお菓子	ころころかぼちゃ (南瓜)	しらすおじや (米、しらす、しょうゆ、だし)	にゅうめん (そうめん、鶏ミンチ、人参、 しょうゆ、だし)	ぶどうゼリー (ぶどうジュース、 アガー、さとう)	あか 赤ちゃんお菓子

* 中期の野菜スープはだし煮の野菜と同じ食材です