

2022年 10月 離乳食献立表

日付	献立	食材	日付	献立	食材
3月17日	おかゆ タラとキャベツの煮物 ほうれん草としめじの煮物 かぶのみそ汁 かき	たら、キャベツ、しょうゆ ほうれん草、しめじ、しょうゆ かぶ、玉ねぎ、みそ かき	11月25日	おかゆ 鶏団子と大豆の煮物 ブロccoliと人参の煮物 じゃがいもとしいたけのみそ汁 バナナ	鶏ひき肉、豆腐、大豆、しょうゆ ブロccoli、人参、しょうゆ じゃがいも、しいたけ、みそ バナナ
4月18日	おかゆ 豚肉とピーマンの煮物 じゃがいもと人参の煮物 チンゲン菜のみそ汁 なし	豚ひき肉、ピーマン、キャベツ、しょうゆ じゃがいも、人参、しょうゆ チンゲン菜、えのき、みそ なし	12月	おかゆ 鶏ひき肉とトマトの煮物 キャベツとツナの煮物 もやしとじゃがいものすまし汁 ぶどう	鶏ひき肉、トマト、しょうゆ キャベツ、ツナ、しょうゆ もやし、じゃがいも、しょうゆ ぶどう
5月19日	おかゆ たらと白菜の煮物 かぼちゃと人参の煮物 さつまいもと玉ねぎのみそ汁 バナナ	たら、白菜、しょうゆ かぼちゃ、人参、しょうゆ さつまいも、玉ねぎ、みそ バナナ	26日	おかゆ 鮭とキャベツの煮物 豆腐としめじの煮物 なすと玉ねぎのみそ汁 なし	鮭、キャベツ、しょうゆ 豆腐、しめじ、しょうゆ なす、玉ねぎ、みそ なし
6月20日	おかゆ 鶏肉とかぼちゃの煮物 さつまいもスティック キャベツのおすまし オレンジ	鶏ひき肉、かぼちゃ、ブロッコリー、しょうゆ さつまいも キャベツ、人参、しょうゆ オレンジ	27日	おかゆ ひき肉とじゃがいもの煮物 ほうれん草と人参の煮物 白菜としいたけのすまし汁 かき	合い挽き肉、じゃがいも、玉ねぎ、しょうゆ ほうれん草、人参、しょうゆ 白菜、しいたけ、しょうゆ かき
7月21日	おかゆ たらとキャベツの煮物 かぼちゃと人参の煮物 大根のみそ汁 なし	たら、きゃべつ、しょうゆ かぼちゃ、人参、しょうゆ、 大根、人参、みそ なし	14月28日	おかゆ カレイと人参の煮物 小松菜の煮物 豆腐とさつまいものみそ汁 りんご	カレイ、人参、しょうゆ 小松菜、人参、しょうゆ 豆腐、さつまいも、みそ りんご
8月22日	おかゆ 鶏ひき肉と人参の煮物 きゅうりスティック えのこと麩のすまし汁 かき	鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、しょうゆ きゅうり えのき、麩、しょうゆ かき	1月15日	おかゆ ひき肉とピーマンの煮物 きゅうりスティック 白菜と人参のすまし汁 バナナ	合い挽き肉、たまねぎ、ピーマン、しょうゆ きゅうり 白菜、人参、しょうゆ バナナ
24日	おかゆ カレイのほうれん草の煮物 納豆とえのきの和え物 わかめとしめじのすまし汁 りんご	カレイ、ほうれん草、しょうゆ 納豆、えのき、しょうゆ わかめ、しめじ、しょうゆ りんご			

10時、15時のおやつは赤ちゃんせんべいを使用しています。

毎日昆布だしを取り、全ての献立に使用しています。

コーンとグリーンピースは皮を剥いて使用しています。

後期・・・主食がおかゆまたは軟飯になります。5mmほどの大きさです。

完了期・・・主食が軟飯になります。1cmほどの大きさです。