

2022年 11月 離乳食献立表

日付	献立	食料	日付	献立	食料
14 28 月	おかゆ		7 21 月	おかゆ	
	牛ひき肉とかぼちゃの煮物	牛ひき肉、かぼちゃ、しょうゆ		ひき肉とほうれん草の煮物	合びき肉、ほうれん草、しょうゆ
	きゅうりスティック	きゅうり		高野豆腐と人参の煮物	高野豆腐、人参、しょうゆ
	レタスともやしのすまし汁	レタス、もやし、しょうゆ		しめじとなすのみそ汁	しめじ、なす、みそ
	りんご		りんご		
1 15 火	おかゆ		8 22 火	おかゆ	
	たらとほうれん草の煮物	たら、ほうれん草、みそ		牛ひき肉とピーマンの煮物	牛ひき肉、ピーマン、玉ねぎ、しょうゆ
	大根と人参の煮物	大根、人参、しょうゆ		人参スティック	人参
	豆腐と玉ねぎのすまし汁	豆腐、玉ねぎ、しょうゆ		豆腐とトマトのすまし汁	豆腐、トマト、しょうゆ
	かき		かき		
2 16 水	おかゆ		9 29 火	おかゆ	
	鶏ひき肉と玉ねぎの煮物	鶏ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ		鮭とじゃが芋の煮物	鮭、じゃが芋、しょうゆ
	キャベツとしいたけの煮物	キャベツ、しいたけ、しょうゆ		小松菜とコーンの煮物	小松菜、コーン、人参、しょうゆ
	白菜と人参のみそ汁	白菜、人参、みそ		玉ねぎとしいたけのみそ汁	玉ねぎ、しいたけ、みそ
	バナナ		りんご		
17 木	おかゆ		10 24 木	おかゆ	
	鶏ひき肉と人参の煮物	鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、しょうゆ		豚ひき肉と人参の煮物	豚ひき肉、人参、玉ねぎ、しょうゆ
	豆腐とコーンの煮物	豆腐、コーン、みそ		きゅうりスティック	きゅうり
	もやしとトマトのすまし汁	もやし、トマト、しょうゆ		えのきと麩のみそ汁	えのき、麩、みそ
	かき		バナナ		
4 18 金	おかゆ		11 25 金	おかゆ	
	鮭とブロッコリーの煮物	鮭、ブロッコリー、みそ		かれいとコーンの煮物	かれい、コーン、人参
	さつまい芋マッシュ	さつまい芋		さつまい芋マッシュ	さつまい芋
	ほうれん草のすまし汁	ほうれん草、玉ねぎ、しょうゆ		玉ねぎと人参のすまし汁	玉ねぎ、人参、しょうゆ
	りんご		オレンジ		
5 19 土	おかゆ		12 26 土	おかゆ	
	鶏ひき肉とグリンピースの煮物	鶏ひき肉、グリンピース、しょうゆ		豚ひき肉と玉ねぎの煮物	豚ひき肉、玉ねぎ、人参、みそ
	里芋マッシュ	里芋、しょうゆ		きゅうりスティック	きゅうり
	大根と人参のみそ汁	大根、人参、みそ		豆腐と大根のすまし汁	豆腐、大根、しょうゆ
	オレンジ		りんご		
			30 水	おかゆ	
				牛ひき肉と白菜の煮物	牛ひき肉、白菜、人参、しょうゆ
				豆腐とトマトの煮物	豆腐、トマト、玉ねぎ、しょうゆ
				しめじと玉ねぎのみそ汁	しめじ、玉ねぎ、みそ
				オレンジ	

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。
 コーンとグリンピースは皮を剥いて使用しています。
 中期・・・上記献立をみじん切りにしとろみをつけています。
 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。