

2023年 1月 離乳食献立表

日付	献立	食料	日付	献立	食料
16 30 月	おかゆ		23 月	おかゆ	
	豚ひき肉と玉ねぎの煮物	豚ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ		カレイと人参の煮物	カレイ、人参、しょうゆ
	小松菜の煮物	小松菜、人参、しょうゆ		里芋の煮物	里芋、グリーンピース、しょうゆ
	豆腐のスープ	人参、玉ねぎ、しょうゆ		小松菜のみそ汁	小松菜、しめじ、みそ
	オレンジ		オレンジ	オレンジ	
17 31 火	おかゆ		10 24 火	おかゆ	
	カレイとピーマンの煮物	カレイ、ピーマン、しょうゆ		鶏ひき肉と大根の煮物	鶏ひき肉、大根、しょうゆ
	野菜スティック	人参、大根、しょうゆ		キャベツと人参の煮物	キャベツ、人参、しょうゆ
	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ、玉ねぎ、みそ		玉ねぎのみそ汁	玉ねぎ、わかめ、みそ
	バナナ		バナナ		
4 18 水	肉うどん	うどん、牛ひき肉、しょうゆ	11 25 水	おかゆ	
	大根と人参の煮物	大根、人参、しょうゆ		たらと大根の煮物	たら、大根、しょうゆ
	きゅうりとしらすの煮物	きゅうり、しらす、しょうゆ		ほうれん草と人参の煮物	ほうれん草、人参、しょうゆ
	りんご			豆腐のみそ汁	木綿豆腐、人参、みそ
			りんご		
5 19 木	おかゆ		12 26 木	おかゆ	
	カレイとブロッコリーの煮物	カレイ、ブロッコリー、しょうゆ		鶏ひき肉と人参の煮物	鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、しょうゆ
	かぼちゃ煮	かぼちゃ、しょうゆ		ほうれん草としらすの煮物	ほうれん草、しらす、しょうゆ
	キャベツのスープ	キャベツ、玉ねぎ、しょうゆ		大根のみそ汁	大根、白菜、みそ
	みかん		みかん		
6 金	野菜がゆ	米、大根、かぶ	13 27 金	おかゆ	
	たらの人参の煮物	たら、人参、しょうゆ		鮭とピーマンの煮物	鮭、ピーマン、しょうゆ
	トマトと豆の煮物	トマト、大豆、コーン、しょうゆ		じゃがいもの煮物	じゃがいも、ブロッコリー、しょうゆ
	豆腐のみそ汁	木綿豆腐、えのき、みそ		キャベツのスープ	キャベツ、しめじ、しょうゆ
	オレンジ		オレンジ		
7 21 土	おかゆ		14 28 土	おかゆ	
	豚ひき肉と白菜の煮物	豚ひき肉、白菜、しょうゆ		牛ひき肉と玉ねぎの煮物	牛ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ
	きゅうりと人参スティック	きゅうり、人参		ほうれん草の煮物	ほうれん草、人参、しょうゆ
	青梗菜のスープ	青梗菜、玉ねぎ、しょうゆ		さつまいのみそ汁	さつまい、大根、みそ
	りんご		りんご		
			20 金	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
				じゃがいもの煮物	じゃがいも、さつまい、しょうゆ
				白菜のみそ汁	白菜、人参み、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。
 コーンとグリー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。