

令和 4年 3月 離乳食献立表

		中期	後期
1 (火)	昼食		
	午後		・赤ちゃん菓子
2 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・豆腐の煮物・じゃがいも煮	・全粥・すまし汁・豆腐ステーキ・にんじん煮
	午後		・じゃがいもスティック
3 (木)	昼食	・7倍粥・ブロッコリースープ・かぼちゃのそぼろ煮・いちご	・全粥・ブロッコリースープ・鶏肉とかぼちゃ煮・いちご
	午後		・ハイハイン
4 (金)	昼食	・7倍粥・大根スープ・煮魚・キャベツの煮浸し	・全粥・みそ汁・煮魚・ひじきの和え物
	午後		・きゅうりスティック
5 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・さつま芋とひき肉煮・オレンジ	・全粥・もやしのスープ・さつま芋の豚肉煮・オレンジ
	午後		・ハイハイン
7 (月)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・ほうれん草のひき肉あんかけ・きゅうりの煮浸し	・全粥・わかめスープ・鶏肉とほうれん草の炒め物・きゅうりの煮浸し
	午後		・野菜雑炊
8 (火)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・煮魚・にんじん煮	・全粥・白菜スープ・鮭の彩り煮・きゅうりのサラダ
	午後		・パン粥(食パン)
9 (水)	昼食	・7倍粥・キャベツのスープ・じゃがいものそぼろあんかけ・りんご	・全粥・キャベツのスープ・肉じゃが・りんご
	午後		・豆かゆ
10 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・かぼちゃの甘煮	・全粥・みそ汁・煮魚・かぼちゃの甘煮
	午後		・ハイハイン
11 (金)	昼食	・非常食給食	・鶏雑炊・白菜煮びたし・オレンジ
	午後		・人参スティック
12 (土)	昼食	・7倍粥・チンゲンサイスープ・きゅうりのひき肉煮・にんじんの煮浸し	・全粥・チンゲンサイスープ・ピーマンと豚肉の炒め物・もやしの和え物
	午後		・ハイハイン
14 (月)	昼食	・7倍粥・トマトスープ・魚の彩り煮・バナナ	・全粥・トマトスープ・魚の旨煮・バナナ
	午後		・じゃがいもスティック
15 (火)	昼食	・7倍粥・にんじんスープ・キャベツのひき肉あんかけ・きゅうりの煮浸し	・全粥・キャベツのスープ・鶏肉の煮物・きゅうりサラダ
	午後		・納豆雑炊

		中期	後期
16 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・豆腐の煮物・ブロッコリー煮	・全粥・ポテトスープ・ひき肉とキャベツの炒め物・きゅうりのサラダ
	午後		・食パン
17 (木)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・じゃがいものそぼろ煮・ほうれん草の煮浸し	・全粥・玉ねぎスープ・鶏肉と里芋の煮物・コーンサラダ
	午後		・ハイハイン
18 (金)	昼食	・パン粥(食パン)・ポテトスープ・きゅうりのひき肉あんかけ・いちご	・パン粥(食パン)・とうもろこしスープ・牛肉野菜炒め・じゃがいも煮
	午後		・野菜雑炊
19 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・ひき肉と玉ねぎのだし煮・さつまいも煮	・全粥・みそ汁・きゅうりのそぼろあんかけ・さつまいもの煮物
	午後		・ハイハイン
22 (火)	昼食	・7倍粥・かぶのスープ・豆腐の煮物・りんご	・全粥・大根のスープ・豆腐とピーマンの洋風煮・りんご
	午後		・野菜雑炊
23 (水)	昼食	・7倍粥・キャベツのスープ・煮魚・大根の旨煮	・全粥・みそ汁・煮魚・大根サラダ
	午後		・さつまいも煮
24 (木)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・鶏肉のトマト煮・にんじんの煮浸し	・全粥・白菜スープ・豚肉のトマト煮・コーンサラダ
	午後		・食パン
25 (金)	昼食	・7倍粥・チンゲンサイスープ・大根のそぼろあんかけ・いちご	・全粥・チンゲンサイスープ・大根のそぼろ煮・いちご
	午後		・豆粥
26 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・きゅうりのひき肉煮・じゃがいも煮	・全粥・すまし汁・大豆の含め煮・じゃがいもサラダ
	午後		・ハイハイン
28 (月)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・煮魚・ほうれん草の煮浸し	・全粥・みそ汁・白身魚の彩り煮・ほうれん草のお浸し
	午後		・さといも煮
29 (火)	昼食	・煮込みうどん・かぶの煮物・タンゴール	・煮込みうどん・かぶの旨煮・タンゴール
	午後		・ツナ雑炊
30 (水)	昼食	・7倍粥・大根スープ・じゃがいものそぼろ煮・小松菜の煮浸し	・全粥・みそ汁・肉じゃが・小松菜の和え物
	午後		・きゅうりスティック
31 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・魚の旨煮・かぼちゃの煮物	・全粥・すまし汁・煮魚・かぼちゃサラダ
	午後		・食パン