

令和 4年 1月 離乳食献立表

		中期	後期
4 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・じゃがいものそぼろあんかけ・きゅうりの煮浸し	・全粥・すまし汁・豚肉とじゃが芋の旨煮・とうもろこしサラダ
	午後		・きゅうりスティック
5 (水)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・かぼちゃのひき肉煮・バナナ	・全粥・みそ汁・人参のひき肉あんかけ・バナナ
	午後		・かぼちゃの甘煮
6 (木)	昼食	・7倍粥・ほうれん草のスープ・キャベツのひき肉あんかけ・じゃがいも煮	・全粥・ほうれん草のスープ・豚肉野菜炒め・じゃがいも煮
	午後		・ハイハイン
7 (金)	昼食	・パン粥(食パン)・さつまいもスープ・煮魚・トマト煮	・パン粥(食パン)・さつまいもスープ・煮魚・トマトサラダ
	午後		・ブロッコリー粥
8 (土)	昼食	・7倍粥・大根スープ・玉ねぎのひき肉あんかけ・にんじんの煮浸し	・全粥・大根スープ・きゅうりとひき肉炒め・もやしの和え物
	午後		・ハイハイン
11 (火)	昼食	・7倍粥・キャベツのスープ・白身魚の旨煮・かぼちゃの煮物	・全粥・キャベツのスープ・白身魚の彩り煮・にらのお浸し
	午後		・かぼちゃの甘煮
12 (水)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・きゅうりのそぼろあん・にんじん煮	・全粥・白菜スープ・牛肉と野菜の旨煮・もやしの煮浸し
	午後		・きゅうりスティック
13 (木)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・鶏肉の煮物・みかん	・全粥・じゃがいもスープ・鶏肉の煮物・みかん
	午後		・ハイハイン
14 (金)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・人参のひき肉あんかけ・バナナ	・全粥・味噌汁・豚肉野菜炒め・いんげんのはやらか煮
	午後		・バナナ
15 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・小松菜としらす煮・さつまいもの煮物	・全粥・すまし汁・小松菜としらすの炒め煮・さつまいもの甘煮
	午後		・ハイハイン
17 (月)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・豆腐の煮物・ほうれん草の煮浸し	・全粥・さといもの味噌汁・豆腐ステーキ・ほうれん草の和え物
	午後		・じゃがいもスティック
18 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・きゅうりの煮浸し	・全粥・すまし汁・煮魚・きゅうりのサラダ
	午後		・パン粥(食パン)
19 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・鶏肉の煮物・にんじんの煮浸し	・全粥・すまし汁・鶏肉の煮物・にんじんのお浸し
	午後		・野菜雑炊

		中期	後期
20 (木)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・きゅうりとしらすの煮物・りんご	・全粥・じゃがいものスープ・ピーマンと豚肉の炒め物・りんご
	午後		・ハイハイン
21 (金)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・煮魚・かぼちゃの煮物	・全粥・白菜スープ・煮魚・かぼちゃの煮物
	午後		・そうめん汁
22 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・じゃがいものそぼろあんかけ・にんじん煮	・全粥・すまし汁・牛肉とじゃが芋の旨煮・ひじきの和え物
	午後		・ハイハイン
24 (月)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・白身魚の旨煮・ブロッコリー煮	・パン粥(食パン)・白菜スープ・白身魚の旨煮・ブロッコリーサラダ
	午後		・じゃがいもスティック
25 (火)	昼食	・7倍粥・大根スープ・ほうれん草のひき肉煮・バナナ	・全粥・大根スープ・鶏ひき肉とほうれん草の炒め煮・バナナ
	午後		・とうもろこし雑炊
26 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・さつま芋のそぼろあんかけ・みかん	・全粥・すまし汁・鶏肉の野菜炒め風・みかん
	午後		・さつまいもの甘煮
27 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・小松菜の煮浸し	・全粥・さといものスープ・煮魚・小松菜のお浸し
	午後		・ハイハイン
28 (金)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・豆腐の煮物・きゅうりの煮浸し	・全粥・野菜スープ・豆腐ステーキ・きゅうりのサラダ
	午後		・パン粥(食パン)
29 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・ブロッコリーのひき肉あんかけ・かぼちゃ煮	・全粥・みそ汁・豚肉とブロッコリーの煮物・かぼちゃ煮
	午後		・ハイハイン
31 (月)	昼食	・全粥・すまし汁・煮魚・みかん	・全粥・にらスープ・煮魚・みかん
	午後		・小松菜かゆ