

令和 4年

1月 離乳食献立

	曜	献立	材料
4	火	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・ほうれん草スープ ・ささみのスパゲティ ・人参の和え物 	米 ほうれん草、玉ねぎ、人参 スパゲティ、ささみ、玉ねぎ 人参、大根
5	水	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・根菜汁 ・豆腐のトロみ煮 ・マッシュかぼちゃ 	米 じゃがいも、人参 豆腐、ほうれん草、人参 かぼちゃ
6	木	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・大根スープ ・鮭とじゃがいものトロみ煮 ・キャベツ和え物 	米 大根、人参 鮭、じゃがいも キャベツ、人参
7	金	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・七草スープ ・ささみと白菜の軟らか煮 ・人参の煮物 	米 大根の葉、玉ねぎ、豆腐 ささみ、白菜 人参
8	土	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・豆腐汁 ・白身魚のほぐし煮 ・蒸しポテト 	米 豆腐、人参、玉ねぎ、わかめ 白身魚 じゃがいも
11	火	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・小松菜スープ ・麻婆豆腐風 ・スティックきゅうり 	米 小松菜、人参、玉ねぎ 豆腐、人参、玉ねぎ きゅうり
12	水	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・キャロットスープ ・白身魚のほぐし煮 ・ブロッコリーのポテト和え 	米 人参、じゃがいも、玉ねぎ 白身魚 ブロッコリー、じゃがいも、かぼちゃ
13	木	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・人参スープ ・ささみとかぼちゃの煮物 ・マカロニ和え 	米 人参、ほうれん草 ささみ、かぼちゃ マカロニ、きゅうり
14	金	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・かぼちゃスープ ・じゃがいものおやき ・白菜のトロみ煮 	米 かぼちゃ、玉ねぎ じゃがいも、しらす、ほうれん草 白菜
15	土	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・大根スープ ・白身魚の人参ソース ・かぼちゃのそぼろ煮 	米 大根、玉ねぎ、人参 白身魚、人参 かぼちゃ、鶏ひき肉
17	月	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・チンゲン菜スープ ・ささみときゅうりのトロみ煮 ・キャベツの和え物 	米 チンゲン菜、人参、玉ねぎ ささみ、きゅうり キャベツ、人参
18	火	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・さつまいもスープ ・鮭のほぐし煮 ・人参と小松菜の和え物 	米 さつまいも、じゃがいも、人参 鮭、じゃがいも 人参、小松菜
19	水	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・じゃがいもスープ ・豆腐とブロッコリーのトロトロ煮 ・人参の煮物 	米 じゃがいも、玉ねぎ、人参 豆腐、ブロッコリー、キャベツ 人参

令和 4年

1月 離乳食献立

	曜		材料
20	木	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・大根汁 ・じゃがいものそぼろあんかけ ・スティックきゅうり 	米 大根、人参、玉ねぎ じゃがいも、人参、鶏ひき肉 きゅうり
21	金	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・ポテトスープ ・ささみの軟らか煮 ・キャベツとひじきの和え物 	米 じゃがいも、玉ねぎ、人参 ささみ キャベツ、人参、ひじき
22	土	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・根菜汁 ・白身魚のほぐし煮 ・人参ときゅうりの和え物 	米 じゃがいも、大根、人参 白身魚 人参、きゅうり、わかめ
24	月	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・うどん汁 ・ささみと人参のトロみ煮 ・マッシュかぼちゃ 	米 うどん、人参、玉ねぎ ささみ、人参 かぼちゃ
25	火	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・キャベツスープ ・鮭のポテト煮 ・スティック野菜 	米 キャベツ、玉ねぎ、人参 鮭、じゃがいも きゅうり、人参
26	水	<ul style="list-style-type: none"> ・ブロッコリーの混ぜご飯 ・白菜スープ ・豆腐ハンバーグ風 ・型抜き野菜 	米、鶏ひき肉、ブロッコリー 白菜、人参、玉ねぎ 豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、キャベツ、ひじき 人参
27	木	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・じゃがいもスープ ・キャベツとしらすのトロみ煮 ・かぼちゃの煮物 	米 じゃがいも、玉ねぎ、人参 キャベツ、人参、しらす かぼちゃ
28	金	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・かぼちゃスープ ・鮭のトロみ煮 ・マッシュポテト 	米 かぼちゃ、玉ねぎ 鮭、ブロッコリー じゃがいも、人参
29	土	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・チンゲン菜スープ ・豆腐の野菜あんかけ ・スティックきゅうり 	米 チンゲン菜、玉ねぎ、人参 豆腐、鶏ひき肉、白菜、人参 きゅうり
31	月	<ul style="list-style-type: none"> ・お粥、軟飯 ・人参スープ ・ささみのかぼちゃ煮 ・キャベツの和え物 	米 人参、チンゲン菜 ささみ、かぼちゃ キャベツ、人参