離乳食献立

2024年3月

		もぐもぐ期(7.8か月)	かみかみ期（9～11か月）
1	金	おかゆ　つくねあんかけ（鶏ひき肉　玉ねぎ　パン粉） すまし汁（豆腐　ふ　人参　ねぎ　キャベツ）	軟飯　つくねあんかけ　すまし汁
2	土	おかゆ　しらすあんかけ煮（しらす　キャベツ　人参　玉ねぎ　南瓜）	軟飯　しらすあんかけ煮
4	月	おかゆ　南瓜サラダ（かぼちゃ　人参　ブロッコリー　粉チーズ） ささみあんかけ煮（鶏ささみ　キャベツ　人参　玉ねぎ　ふ）	軟飯　南瓜サラダ　ささみあんかけ煮
5	火	おかゆ　さつまいもサラダ（さつま芋　きゅうり　人参） 鶏やさい汁（鶏ひき肉　パン粉　豆腐　大根　人参　ねぎ）	軟飯　さつま芋サラダ　鶏やさい汁
6	水	おかゆ　魚のあんかけ煮（白身魚　玉ねぎ　人参　きゅうり） みそ汁（じゃが芋　人参　白菜　ふ）	軟飯　魚のあんかけ煮　みそ汁
7	木	おかゆ　鶏団子汁（鶏ひき肉　パン粉　豆腐　小松菜　人参） やわらか煮（キャベツ　人参　ブロッコリー　）	軟飯　鶏団子汁　やわらか煮
8	金	おかゆ　そぼろ煮（鶏ひき肉　大根　人参　いんげん） しらす煮（しらす　キャベツ　きゅうり　人参）	軟飯　そぼろ煮　しらす煮
9	土	おかゆ　あんかけ煮（しらす　豆腐　玉ねぎ　人参　キャベツ　さつま芋）	軟飯　あんかけ煮
11	月	おかゆ　みそ汁（南瓜　玉ねぎ　人参） 豆腐のあんかけ煮（豆腐　人参　キャベツ　ブロッコリー）	軟飯　豆腐のあんかけ煮　みそ汁
12	火	おかゆ　魚のみそ煮（白身魚） すまし汁（さつまいも　人参　ねぎ　ふ）	軟飯　魚のみそ煮　すまし汁
13	水	おかゆ　鶏すき煮風（鶏ささみ　ねぎ　豆腐　ふ　人参） やわらか煮（キャベツ　きゅうり　人参）	軟飯　鶏すき煮風　やわらか煮
14	木	おかゆ　野菜スープ（白菜　人参　玉ねぎ　じゃが芋） 豆腐ハンバーグあんかけ（鶏ひき肉　パン粉　豆腐　ブロッコリー　人参）	軟飯　豆腐ハンバーグあんかけ　野菜スープ
15	金	おかゆ　しらす煮（しらす　豆腐　きゅうり　人参　ブロッコリー） さつま汁（さつま芋　大根　人参　ねぎ）	軟飯　しらす煮　さつま汁
16	土	おかゆ　鶏野菜みそ（鶏ささみ　キャベツ　人参　南瓜　ふ）　バナナ	軟飯　鶏野菜みそ　バナナ
18	月	おかゆ　やわらか煮（ブロッコリー　きゅうり　人参） さつま芋ポタージュ（ささみ　さつま芋　玉ねぎ　人参　チンゲン菜　牛乳）	軟飯　さつま芋ポタージュ　やわらか煮
19	火	おかゆ　魚のあんかけ煮（白身魚　小松菜　人参） みそ汁（玉ねぎ　人参　かぼちゃ　ふ）	軟飯　魚のあんかけ煮　みそ汁
20	水	春分の日	
21	木	おかゆ　肉じゃが（鶏ひき肉　じゃが芋　人参　玉ねぎ　いんげん） ブロッコリーサラダ（ブロッコリー　人参　キャベツ　しらす）	軟飯　肉じゃが　ブロッコリーサラダ
22	金	おかゆ　磯煮（青のり　ふ　人参　じゃが芋） 南瓜サラダ（南瓜　きゅうり　人参　粉チーズ）	軟飯　磯煮　南瓜サラダ
23	土	おかゆ　ささみあんかけ煮（鶏ささみ　人参　玉ねぎ　豆腐　さつま芋）	軟飯　ささみあんかけ煮
25	月	おかゆ　豆乳スープ（鶏ひき肉　パン粉　キャベツ　人参　ねぎ　豆乳） しらす煮（しらす　きゅうり　人参　さつま芋）	軟飯　豆乳スープ　しらす煮
26	火	おかゆ　トマト煮（鶏ささみ　玉ねぎ　人参　じゃが芋　いんげん　トマト） やわらか煮（ブロッコリー　キャベツ　人参）　バナナ	軟飯　トマトに　やわらか煮　バナナ
27	水	おかゆ　しらすあんかけ煮（しらす　豆腐　きゅうり　人参） みそ汁（白菜　人参　ねぎ　ふ）	軟飯　しらすあんかけ煮　みそ汁
28	木	おかゆ　そぼろ煮（鶏ひき肉　じゃが芋　人参　玉ねぎ　いんげん） ブロッコリー和え（ブロッコリー　人参　粉チーズ）	軟飯　そぼろ煮　ブロッコリー和え
29	金	希望保育	
30	土	希望保育	

調味料はだし・しょうゆ・みそを使用しています。