

離乳食献立

2025年1月

		もぐもぐ期(7.8か月)	かみかみ期(9~11か月)
1	水	年始休み	
2	木	年始休み	
3	金	年始休み	
4	土	希望保育	
6	月	おかゆ かぼちゃのおやき(かぼちゃ・玉ねぎ・鶏ひき肉) 小松菜のみそ汁(小松菜・玉ねぎ・人参・豆腐)	軟飯 かぼちゃのおやき 小松菜のみそ汁
7	火	野菜とそぼろのおかゆ(ごはん・大根・人参・かぶ・鶏ひき肉) しらすあんかけ煮(しらす・人参・ブロッコリー・キャベツ)	野菜とそぼろのおかゆ しらすあんかけ煮 バナナ
8	水	おかゆ スティック野菜(人参・きゅうり) じゃが芋のそぼろ煮(じゃが芋・人参・玉ねぎ・いんげん・鶏ひき肉)	軟飯 スティック野菜 じゃが芋のそぼろ煮
9	木	おかゆ 豆腐のすまし汁(豆腐・人参・玉ねぎ) 魚入りさつまいもマッシュ(白身魚・さつまいも・ブロッコリー)	軟飯 豆腐のすまし汁 魚入りさつまいものマッシュ
10	金	おかゆ スティック煮野菜(大根・人参・きゅうり) 肉団子入りみそ汁(鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・人参)	軟飯 スティック煮野菜 肉団子入りみそ汁
11	土	しらす雑炊(ごはん・しらす・人参・ブロッコリー)	
13	月	成人の日	
14	火	おかゆ 鶏団子汁(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・麩・かぶ) 野菜のみかん和え(きゅうり・人参・ブロッコリー・みかん)	軟飯 鶏団子汁 野菜のみかん和え
15	水	おかゆ 湯豆腐のあんかけ(豆腐・人参・きゅうり・わかめ) みそ汁(大根・人参・麩)	軟飯 湯豆腐のあんかけ みそ汁
16	木	おかゆ 魚の野菜あんかけ煮(白身魚・人参・ブロッコリー) さつまいも汁(さつまいも・人参・大根)	軟飯 魚の野菜あんかけ煮 さつまいも汁
17	金	おかゆ あんかけハンバーグ(鶏ひき肉・玉ねぎ) 白菜のみそ汁(白菜・人参・玉ねぎ)	軟飯 あんかけハンバーグ 白菜のみそ汁
18	土	ごはん 野菜スープ(キャベツ・人参・玉ねぎ・鶏ひき肉)	
20	月	おかゆ 煮込みハンバーグ(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー) 大根スープ(だいこん・人参・玉ねぎ・じゃが芋)	軟飯 煮込みハンバーグ 大根スープ
21	火	おかゆ 鶏団子の豆乳スープ(鶏ひき肉・玉ねぎ・大根・人参) 野菜のおかか和え(ブロッコリー・キャベツ・人参・きゅうり)	軟飯 鶏団子の豆乳スープ 野菜のおかか和え
22	水	おかゆ 煮魚(白身魚・ほうれん草) 大根のみそ汁(大根・人参・白菜・麩)	軟飯 煮魚 大根のみそ汁
23	木	おかゆ 野菜のしらす和え(きゅうり・人参・ブロッコリー・しらす) 肉団子のミルクスープ(鶏ひき肉・玉ねぎ・白菜・大根・人参・小松菜)	軟飯 野菜のしらす和え 肉団子のミルクスープ
24	金	おかゆ ポテトサラダ(じゃが芋・きゅうり・人参) 豆乳スープ(豆乳・ささみ・キャベツ・人参)	軟飯 ポテトサラダ 豆乳スープ
25	土	味噌煮込みうどん(うどん・鶏ひき肉・人参・白菜・玉ねぎ)	
27	月	おかゆ 肉団子の野菜あんかけ(鶏ひき肉・玉ねぎ・キャベツ・人参) 豆腐スープ(豆腐・チンゲン菜・人参・玉ねぎ)	軟飯 肉団子の野菜あんかけ 豆腐スープ バナナ
28	火	おかゆ マッシュポテト(じゃが芋・鶏ひき肉・玉ねぎ) トマトスープ(トマト・人参・玉ねぎ・ブロッコリー)	軟飯 マッシュポテト トマトスープ
29	水	おかゆ じゃが納豆おやき(じゃが芋・納豆・玉ねぎ・小松菜) みそ汁(人参・玉ねぎ・わかめ・麩)	軟飯 じゃが納豆おやき みそ汁
30	木	煮込みうどん(うどん・人参・玉ねぎ・わかめ・じゃが芋) 豆腐のあんかけ煮(豆腐・人参・ブロッコリー)	煮込みうどん 豆腐のあんかけ煮
31	金	おかゆ 大根のそぼろ煮(大根・人参・いんげん・鶏ひき肉) さつまいもサラダ(さつまいも・人参・きゅうり)	軟飯 大根のそぼろ煮 さつまいもサラダ

調味料はだし・しょうゆ・みそを使用しています。