

もぐもぐ☆かみかみだより 2月

	もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9～11ヶ月)	かみ食 おやつ
1 水	おかゆ 磯煮(ふ 人参 大豆 わかめ じゃがいも) チーズ和え(ブロッコリー 人参 チーズ)	軟飯 磯煮 チーズ和え	ミルク せんべい
2 木	おかゆ 豆乳スープ(キャベツ 人参 ねぎ) 肉団子(とりひき肉 人参 玉ねぎ)	軟飯 豆乳スープ 肉団子	ミルク 鬼まんじゅう
3 金	おかゆ 野菜スープ(人参 じゃがいも 玉ねぎ 豆腐) あんかけ煮(ブロッコリー 人参 玉ねぎ)	軟飯 野菜スープ あんかけ煮	ミルク スティックケーキ
4 土	おかゆ 野菜のあんかけ煮(キャベツ 人参 玉ねぎ トマト ささみ)	軟飯 野菜のあんかけ煮	
6 月	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 人参 きゅうり 玉ねぎ) みそ汁(豆腐 わかめ 人参)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク ビスケット
7 火	おかゆ やわらか煮(人参 キャベツ しらす) みそ煮(大根 人参 じゃがいも 鶏むね肉)	軟飯 やわらか煮 みそ煮	ミルク 茶巾しぼり
8 水	おかゆ 豆腐のあんかけ煮(豆腐 人参 ブロッコリー さつまいも) やわらか煮(白菜 人参 きゅうり)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 やわらか煮	ミルク ウエハース
9 木	おかゆ グラタン(かぼちゃ 玉ねぎ 鶏むね肉) 野菜スープ(玉ねぎ 人参 ブロッコリー)	軟飯 グラタン 野菜スープ	ミルク スティックケーキ
10 金	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 きゅうり 人参) みそ汁(白菜 人参 ふ ねぎ)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク せんべい
13 月	おかゆ ふの煮物(ふ 人参 玉ねぎ とりひき肉 小松菜) あんかけ煮(ブロッコリー 人参 キャベツ)	軟飯 ふの煮物 あんかけ煮	ミルク かぼちゃ蒸しパン
14 火	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 人参 小松菜) みそ汁(人参 大根 ふ)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク スティックケーキ
15 水	おかゆ 豆腐ハンバーグ(豆腐 とりひき肉 玉ねぎ) みそ汁(さつまいも 人参 キャベツ ねぎ)	軟飯 豆腐ハンバーグ みそ汁	ミルク スイートポテト
16 木	おかゆ クリーム煮(鶏むね肉 人参 キャベツ チーズ) やわらか煮(白菜 人参 きゅうり しらす)	軟飯 クリーム煮 やわらか煮	ミルク せんべい
17 金	おかゆ 豆腐のあんかけ煮(豆腐 人参 玉ねぎ キャベツ ピーマン) かぼちゃサラダ(かぼちゃ 玉ねぎ チーズ)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 かぼちゃサラダ	ミルク ビスケット
18 土	おかゆ ささみのあんかけ煮(ささみ 人参 玉ねぎ ねぎ ブロッコリー)	軟飯 ささみのあんかけ煮	
20 月	おかゆ 肉団子のあんかけ煮(とりひき肉 玉ねぎ) トマトスープ(トマト 玉ねぎ 人参 大豆 じゃがいも)	軟飯 肉団子のあんかけ煮 トマトスープ	ミルク スティックケーキ
21 火	おかゆ クリーム煮(とりひき肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー) ポテトサラダ(じゃがいも 玉ねぎ 人参 チーズ)	軟飯 クリーム煮 ポテトサラダ	ミルク せんべい
22 水	おかゆ ふの煮物(ささみ 人参 いんげん ふ じゃがいも) あんかけ煮(ほうれん草 人参 しらす)	軟飯 ふの煮物 あんかけ煮	ミルク スイートポテト
24 金	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 きゅうり 人参) みそ汁(かぼちゃ 玉ねぎ ふ)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク パンがゆ
25 土	おかゆ ささみのあんかけ煮(人参 白菜 ふ わかめ ささみ)	軟飯 ささみのあんかけ煮	
27 月	おかゆ マーボー豆腐(豆腐 とりひき肉 ねぎ ピーマン 人参) ポテトサラダ(じゃがいも 人参 きゅうり チーズ)	軟飯 マーボー豆腐 ポテトサラダ	ミルク ビスケット
28 火	おかゆ 肉じゃが(鶏むね肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも) あんかけ煮(ブロッコリー 人参 しらす)	軟飯 肉じゃが あんかけ煮	ミルク せんべい