



日曜	献立	材料名
1 火	全粥 あかうおの煮付 たたききゅうり煮 じゃがいものみそ汁	米 あかうお、しょうゆ、だし汁、片栗粉、きゅうり、しょうゆ、だし汁、片栗粉 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、みそ、だし汁
2 水	全粥 鶏肉と豆腐煮 スープ	米 鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、だし汁、塩、片栗粉 キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
3 木	全粥 (鶏そぼろ) あかうおと野菜煮付 ふのすまし汁	米、鶏ひき肉、しょうゆ、あおのり あかうお、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、片栗粉 たまねぎ、にんじん、麩、だし汁、しょうゆ
4 金	全粥 大豆と野菜煮 オクラのかつお煮 すいか	米 大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 オクラ、きゅうり、にんじん、かつお節、だし汁、片栗粉、すいか
7 月	全粥 高野と野菜煮 キャベツの香り煮 バナナ	米 凍り豆腐、たまねぎ、じゃがいも、なす、かぼちゃ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、レモン、砂糖、バナナ
8 火	全粥 野菜あんかけ 豆腐スープ	米 こまつな、にんじん、水、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
9 水	全粥 魚とじゃがいも煮 野菜煮	米 あかうお、じゃがいも、だし汁、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉
10 木	全粥 豆腐と野菜のみそ煮 きゅうりのオレンジ煮	米 豆腐、なす、にんじん、だし汁、みそ、砂糖、片栗粉 きゅうり、オレンジ、砂糖、水
16 水	全粥 そうめんと野菜煮 豆腐のすまし汁 オレンジ	米 そうめん、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、オレンジ
17 木	全粥 鶏肉入り野菜スープ かぼちゃの含め煮	米 鶏肉、片栗粉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ かぼちゃ、だし汁、片栗粉
18 金	全粥 さけと野菜煮 野菜スープ	米 さけ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、だし汁、片栗粉 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、だし汁、しょうゆ
21 月	全粥 冷やしうどん 納豆みその風味 オレンジ	米 うどん、たまねぎ、にんじん、だし汁、みりん、しょうゆ 納豆、じゃがいも、みそ、砂糖、オレンジ
22 火	全粥 豆腐の中華煮 春雨サラダ煮 バナナ	米 豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉、バナナ
23 水	全粥 煮魚 かぼちゃ煮 すまし汁	米 あかうお、だし汁、片栗粉、かぼちゃ、きゅうり、だし汁 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
24 木	全粥 鶏肉と野菜煮 野菜煮	米 鶏ひき肉、たまねぎ、ピーマン、かぼちゃ、じゃがいも、だし汁、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉
25 金	全粥 炒り豆腐煮 きゃべつのツナ煮 オレンジ	米 豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、いんげん、だし汁、砂糖、しょうゆ キャベツ、きゅうり、ツナ缶、だし汁、片栗粉、オレンジ
28 月	全粥 トマト煮 野菜煮	米 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、ホールトマト、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、だし汁、しょうゆ、片栗粉
29 火	全粥 鶏肉と野菜煮 たまねぎのすまし汁	米 鶏ひき肉、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
30 水	全粥 大豆と野菜煮 なすのみそ汁 バナナ	米 大豆、さつまいも、たまねぎ、グリーンピース、だし汁、米粉 かぼちゃ、なす、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ、バナナ
31 木	全粥 魚と青菜煮 すまし汁	米 あかうお、キャベツ、こまつな、にんじん、だし汁、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ

※ 離乳食後は欲しがるだけミルクを飲みます。

また、午前、午後の間食時間にもミルクを飲みます。

※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。

※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

1日2回食に進む頃には、主食、主菜(たんぱく質性食品)、副菜(野菜等)を組合せた食事にしませう。食材が増えると、味の幅が広がり、美味しい離乳食になります。