

日曜	献 立	材 料 名
2 月	全粥～軟飯 あんかけうどん 納豆みそ バナナ	米 うどん、鶏肉、はくさい、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ、片栗粉 納豆、豚ひき肉、たまねぎ、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、だし汁 バナナ
3 火	全粥～軟飯 豚肉と野菜煮 青菜のツナ煮 みかん	米 豚ひき肉、大豆、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、米粉 こまつな、はくさい、にんじん、ツナ缶、だし汁、片栗粉 みかん
4 水	全粥～軟飯 魚と野菜煮 ふのすまし汁	米 はまち、ブロッコリー、はくさい、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、えのきたけ、にんじん、麸、ねぎ、だし汁、しょうゆ
5 木	全粥～軟飯 豚肉と野菜煮 中華スープ 金時煮豆	米 豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、あおのり、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ いんげんまめ、砂糖、しょうゆ
6 金	全粥～軟飯 雷豆腐 大根サラダ煮 オレンジ	米 豆腐、豚ひき肉、ごま油、たまねぎ、にんじん、グリンピース、しいたけ、砂糖、しょうゆ だいこん、きゅうり、にんじん、わかめ、だし汁、酢、しょうゆ オレンジ
9 月	全粥～軟飯 シチュー 春雨サラダ煮 いよかん	米 鶏肉、たまねぎ、はくさい、じゃがいも、にんじん、ブロッコリー、油、だし汁、豆乳、米粉、コーンスターク キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、だし汁 いよかん
10 火	全粥～軟飯 魚と野菜のみそ煮 白菜のすまし汁	米 あかうお、こまつな、にんじん、だし汁、みそ はくさい、たまねぎ、にんじん、豆腐、ねぎ、だし汁、しょうゆ
12 木	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 さつまいものレモン煮	米 鶏肉、キャベツ、にんじん、きゅうり、だし汁、砂糖、しょうゆ さつまいも、砂糖、レモン
13 金	全粥～軟飯 じゃがいものそぼろ煮 豆腐のあつたかスープ オレンジ	米 じゃがいも、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 豆腐、たまねぎ、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
16 月	全粥～軟飯 大根のそぼろ煮 ほうれんそうのツナ煮 オレンジ	米 鶏ひき肉、だいこん、たまねぎ、にんじん、ねぎ、ごま油、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 ほうれんそう、キャベツ、にんじん、ツナ缶、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
17 火	全粥～軟飯 魚とじゃがいも煮 すまし汁	米 あかうお、じゃがいも、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ
18 水	全粥～軟飯 大豆入りハンバーグ 野菜煮 大根のみそ汁	米 大豆、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油 キャベツ、ほうれんそう、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 だいこん、たまねぎ、にんじん、わかめ、だし汁、みそ
19 木	全粥～軟飯 魚と野菜煮 わかめスープ	米 あかうお、キャベツ、はくさい、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 わかめ、たまねぎ、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
20 金	全粥～軟飯 けんちん煮 野菜煮 オレンジ	米 豆腐、鶏肉、だいこん、にんじん、しいたけ、ねぎ、油、砂糖、しょうゆ キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 オレンジ
24 火	全粥～軟飯 トマトシチュー はるさめと野菜煮 バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリンピース、ホールトマト、だし汁、しょうゆ、米粉 はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ バナナ
25 水	全粥～軟飯 魚と野菜煮 さつまい	米 あかうお、ほうれんそう、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 さつまいも、だいこん、鶏肉、にんじん、ねぎ、だし汁、みそ
26 木	全粥～軟飯 あんかけ じゃがいものみそ汁 いよかん	米 豚ひき肉、鶏ひき肉、たまねぎ、ピーマン、パプリカ、しめじ、ごま油、しょうゆ、砂糖、米粉 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ いよかん
27 金	全粥～軟飯 じゃが芋のそぼろ煮 小松菜のナムル オレンジ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 こまつな、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油 オレンジ

※ 午前午後の間食時間にはミルクを飲みます。

※ 使用食材は、できるだけその日までに、ご家庭で食べていきますようお願いします。

※ 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。

離乳食の時間を楽しい時間にしましょう

食事の時は、「おいしいね」「上手に食べたね」「これは○○だよ」などと話しかけたり、大人も一緒に食事をすることで、食べる楽しさの体験ができます。楽しい食事時間を作りましょう☆