

# 1月 離乳食献立

令和4年 12月末日 発行

		午前食(10時)		午後食(14時)	
日	曜	5~6ヶ月頃	7~11ヶ月頃		
5	木	おかゆ 野菜スープ 人参 パースト	おかゆ 鶏肉と玉ねぎの和風煮 みそ汁	おかゆ 白身魚とほうれん草の煮浸し コンソメスープ	
6	金	おかゆ 野菜スープ 人参 パースト	おかゆ 白身魚と小松菜の和え物 豆腐のみそ汁	おかゆ 鶏肉とキャベツの甘辛煮 大根のスープ	
10	火	おかゆ 野菜スープ 玉ねぎ パースト	おかゆ 鶏肉と南瓜の茶巾 じゃが芋のコンソメスープ	パンかゆ 白身魚と人参の蒸し物 玉ねぎのスープ	
11	水	おかゆ 野菜スープ 人参 パースト	おかゆ 白身魚とキャベツのだし煮 チンゲン菜のスープ	おかゆ 鶏肉と玉ねぎの和風煮 すまし汁	
12	木	おかゆ 野菜スープ きゅうり パースト	おかゆ 鶏肉と白菜の蒸し煮 みそ汁	おかゆ 白身魚と人参のだし煮 すまし汁	
13	金	おかゆ 野菜スープ 玉ねぎ パースト	おかゆ 白身魚と玉ねぎの和風煮 じゃが芋のコンソメスープ	おかゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 野菜スープ	
16	月	おかゆ 野菜スープ 人参 パースト	おかゆ 鶏肉と南瓜の茶巾 みそ汁	おかゆ 白身魚と玉ねぎのコンソメ煮 すまし汁	
17	火	おかゆ 野菜スープ 玉ねぎ パースト	おかゆ 白身魚とインゲンのだし煮 じゃが芋のみそ汁	おかゆ 鶏肉とほうれん草の煮物 すまし汁	
18	水	おかゆ 野菜スープ 人参 パースト	おかゆ 鶏肉とキャベツの甘辛煮 すまし汁	うどん 白身魚と人参の和風煮 玉ねぎサラダ	
19	木	おかゆ 野菜スープ 玉ねぎ パースト	おかゆ 白身魚のほうれん草あん 野菜スープ	おかゆ 鶏肉と白菜の煮物 すまし汁	
20	金	おかゆ 野菜スープ 人参 パースト	おかゆ 鶏肉と人参の蒸し煮 コンソメスープ	おかゆ 白身魚とほうれん草の和風煮 野菜スープ	
23	月	おかゆ 野菜スープ 玉ねぎ パースト	おかゆ 白身魚と人参の煮物 豆腐のみそ汁	おかゆ 鶏肉といんげんのだし煮 すまし汁	
24	火	おかゆ 野菜スープ 人参 パースト	おかゆ 鶏肉とチンゲン菜のコンソメ煮 野菜スープ	にゅうめん 白身魚と人参の煮物 玉ねぎサラダ	
25	水	おかゆ 野菜スープ 玉ねぎ パースト	おかゆ 白身魚と大根の甘辛煮 みそ汁	おかゆ 鶏肉と南瓜の和風煮 すまし汁	
26	木	おかゆ 野菜スープ 人参 パースト	おかゆ 鶏肉と人参のコンソメ煮 野菜スープ	パンかゆ 白身魚と玉ねぎの蒸し煮 コンソメスープ	
27	金	おかゆ 野菜スープ きゅうり パースト	おかゆ 白身魚と人参の煮物 すまし汁	おかゆ 鶏肉と白菜のだし煮 すまし汁	
30	月	おかゆ 野菜スープ かぼちゃ パースト	おかゆ 鶏肉と玉ねぎの照り煮 豆腐のすまし汁	おかゆ 白身魚とほうれん草の和風煮 白菜のコンソメスープ	
31	火	おかゆ 野菜スープ 玉ねぎ パースト	おかゆ 白身魚とキャベツの蒸し煮 豆腐のみそ汁	おかゆ 鶏肉と人参の甘辛煮 野菜スープ	

☆天候や食材等の都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

☆前期は10倍かゆ、中期は7倍かゆ、後期は5倍かゆです。

まこと保育園