



2024年1月 離乳食献立表



		完了食	後期食	中期食			完了食	後期食	中期食
4日	昼食	軟飯 鶏肉のマーマレード焼き マカロニサラダ(人参・玉ねぎ・コーン) わかめスープ(人参・玉ねぎ)	全粥 鶏肉の照り焼き マカロニの軟煮(人参・玉ねぎ) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひきのとろとろ煮 マカロニの軟煮(人参・玉ねぎ) スープ(人参・玉ねぎ)	19日	昼食	軟飯 さばのみそ焼き きんぴらごぼう(人参・しらたき・さつまいも) みそ汁(キャベツ・えのき・わかめ)	全粥 かぜいのみそ焼き 野菜の軟煮(人参・じゃがいも) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 かぜいのとろとろ煮 野菜の軟煮(人参・じゃがいも) スープ(キャベツ・人参)
	午後	ブルーベリーケーキ 牛乳	ホットケーキ スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)		午後	おにぎり(軟飯)(ツナ・コーン・バター) 牛乳	全粥(ツナ) スープ(じゃがいも・人参)	7倍粥(ツナ) スープ(じゃがいも・人参)
5日	昼食	ツナトマトスパゲティ(玉ねぎ・しめじ・人参・小松菜) じゃが芋のチーズ焼き(ベーコン) コンソメスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	やわらかツナトマトスパゲティ(玉ねぎ・人参・小松菜) じゃが芋の軟煮 スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	やわらかツナトマトスパゲティ(玉ねぎ・人参・小松菜) じゃが芋の軟煮 スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	20日	昼食	親子丼(軟飯)(卵・鶏・かまぼこ・玉ねぎ・しいたけ・のり) 大根とちくわの煮物(人参・こんにゃく) バナナ	親子丼(全粥)(卵・鶏・玉ねぎ) 大根の軟煮(人参) バナナ	7倍粥 鶏ひきのとろとろ煮(玉ねぎ) 大根の軟煮(人参) バナナ
	午後	おにぎり(軟飯)(たくあん・塩昆布) 牛乳	全粥(人参) スープ(小松菜・人参)	7倍粥(人参) スープ(小松菜・人参)		午後	おにぎり(軟飯)(菜飯) 牛乳	全粥(人参) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥(人参) スープ(人参・玉ねぎ)
6日	昼食	てりやき野菜丼(軟飯)(鶏・もやし・キャベツ・玉ねぎ・人参) みそ汁(だいこん・えのき・わかめ) バナナ	てりやき野菜丼(全粥)(鶏・キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(だいこん・人参) バナナ	そぼろ野菜丼(7倍粥)(鶏ひき・キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(だいこん・人参) バナナ	22日	昼食	軟飯 豚肉のしょうが焼き(玉ねぎ) ほうれん草の磯和え(キャベツ・人参) みそ汁(豆腐・大根・人参)	全粥 豚ひきの炒め煮(玉ねぎ) ほうれん草の軟煮(キャベツ・人参) スープ(豆腐・大根・人参)	7倍粥 鶏ひきのとろとろ煮(玉ねぎ) ほうれん草の軟煮(キャベツ・人参) スープ(豆腐・大根・人参)
	午後	マンナビスケット(いちごジャム) 牛乳	トースト スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)		午後	おにぎり(軟飯)(さけ・ごま) 牛乳	全粥(さけ) スープ(キャベツ・玉ねぎ)	7倍粥(さけ) スープ(キャベツ・玉ねぎ)
9日	昼食	軟飯 鶏肉のトマト煮(玉ねぎ・人参・赤ピーマン・黄ピーマン) キャベツのツナあえ(チンゲン菜・人参) みそ汁(だいこん・わかめ・しめじ)	全粥 鶏ひきのトマト煮(玉ねぎ・人参) キャベツの軟飯(ツナ・チンゲン菜・人参) スープ(だいこん・人参)	7倍粥 鶏ひきのトマト煮(玉ねぎ・人参) キャベツの軟飯(ツナ・チンゲン菜・人参) スープ(だいこん・人参)	23日	昼食	軟飯 ナゲット(鶏ひき・豆腐・玉ねぎ) 野菜炒め(コーン・キャベツ・玉ねぎ・人参・しいたけ) みそ汁(たまねぎ・小松菜・わかめ)	全粥 ナゲット(鶏ひき・豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(たまねぎ・小松菜)	7倍粥 鶏ひきのとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(たまねぎ・小松菜)
	午後	チーズ焼きおにぎり(軟飯) 牛乳	全粥(しらす) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ)	全粥(しらす) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ)		午後	鬼まんじゅう(さつまいも) 牛乳	さつまいもの軟煮 スープ(キャベツ・人参)	さつまいもの軟煮 スープ(キャベツ・人参)
10日	昼食	軟飯 さげの西京焼き 煮しめ(蓮根・ごぼう・人参・いんげん・たけのこ・こんにゃく) 三色なます(大根・きゅうり・人参) かまぼこ さつまいもきんとん すまし汁(小松菜・人参・えのき・焼きふ)	全粥 さげの照り焼き 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) さつまいもの軟煮 スープ(小松菜・人参)	7倍粥 さげのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) さつまいもの軟煮 スープ(小松菜・人参)	24日	昼食	軟飯 カレイの照り焼き にんじんのごまサラダ(きゅうり・キャベツ) あつたか汁(白菜・豆腐・油揚げ)	全粥 カレイの照り焼き 野菜の軟煮(人参・きゅうり・キャベツ) スープ(白菜・豆腐)	7倍粥 カレイのとろとろ煮 野菜の軟煮(人参・きゅうり・キャベツ) スープ(白菜・豆腐)
	午後	七草粥風(かぶ・卵) 牛乳	全粥(かぶ) スープ(大根・人参)	7倍粥(かぶ) スープ(大根・人参)		午後	パウンドケーキ(ホットケーキ粉・バター・牛乳・卵・砂糖) 牛乳	パウンドケーキ(ホットケーキ粉・バター・牛乳・卵・砂糖) スープ(白菜・人参)	パン粥 スープ(白菜・人参)
11日	昼食	軟飯 照り焼きハンバーグ(豚ひき・玉ねぎ) せん野菜サラダ(きゅうり・人参・大根) 豆腐みそ汁(豆腐・大根・ねぎ) バナナ	全粥 照り焼きハンバーグ(豚ひき・玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) 豆腐スープ(大根) バナナ	7倍粥 鶏ひきのとろとろ煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) 豆腐スープ(大根) バナナ	25日	昼食	ドライカレーライス(軟飯)(豚ひき・玉ねぎ・人参・ピーマン) コロコロサラダ(きゅうり・大根・人参・コーン) バナナ	あんかけ丼(全粥)(豚ひき・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) バナナ	あんかけ丼(7倍粥)(鶏ひき・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) バナナ
	午後	シュガートースト 牛乳	シュガートースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)		午後	チーズサブ 牛乳	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
12日	昼食	軟飯 鶏のから揚げ はるさめの酢の物(きゅうり・人参・コーン) みそ汁(玉ねぎ・わかめ・チンゲン菜・人参)	全粥 鶏肉のしょうゆ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) スープ(玉ねぎ・チンゲン菜・人参)	7倍粥 鶏ひきのとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) スープ(玉ねぎ・チンゲン菜・人参)	26日	昼食	食パン(いちごジャム) さげのポテトグラタン(じゃがいも・玉ねぎ・人参) 大根とツナのサラダ(きゅうり・人参) かぶのスープ(鶏ひき・かぶ・玉ねぎ・人参)	食パン さげのミルク煮(じゃがいも・玉ねぎ・人参・粉ミルク) 大根の軟煮(きゅうり・人参) スープ(かぶ・玉ねぎ・人参)	パン粥 さげのミルク煮(じゃがいも・玉ねぎ・人参・粉ミルク) 大根の軟煮(きゅうり・人参) スープ(かぶ・玉ねぎ・人参)
	午後	おやつ焼きうどん(豚・キャベツ・玉ねぎ・人参) 牛乳	やわらかうどん(豚・キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(大根・人参)	やわらかうどん(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(大根・人参)		午後	焼びん(軟飯)(人参・チーズ・青のり) 牛乳	全粥(人参) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥(人参) スープ(人参・玉ねぎ)
13日	昼食	スタミナ丼(軟飯)(豚・人参・もやし・にら) チンゲン菜のスープ(玉ねぎ・人参・えのき) 煮りんご	スタミナ丼(全粥)(豚ひき・人参・玉ねぎ) チンゲン菜のスープ(玉ねぎ・人参) 煮りんご	スタミナ丼(7倍粥)(鶏ひき・人参・玉ねぎ) チンゲン菜のスープ(玉ねぎ・人参) 煮りんご	27日	昼食	あんかけ丼(軟飯)(豚・キャベツ・人参・もやし・玉ねぎ) チンゲン菜とちくわのさつと煮(えのき・人参) バナナ	あんかけ丼(全粥)(豚ひき・キャベツ・人参・玉ねぎ) チンゲン菜の軟煮(人参・玉ねぎ) バナナ	あんかけ丼(7倍粥)(鶏ひき・キャベツ・人参・玉ねぎ) チンゲン菜の軟煮(人参・玉ねぎ) バナナ
	午後	バナナケーキ 牛乳	バナナケーキ スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)		午後	蒸しばん 牛乳	蒸しばん スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
15日	昼食	軟飯 揚げ豆腐(卵・鶏肉・豆腐・ひじき・人参・しいたけ・さやえんどう) キャベツのツナマヨネーズあえ(きゅうり) みそ汁(はくさい・えのき・人参)	全粥 揚げ豆腐(卵・鶏肉・豆腐・ひじき・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(はくさい・人参)	7倍粥 鶏ひきのとろとろ煮(鶏ひき・豆腐・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(はくさい・人参)	29日	昼食	軟飯 豆腐のキッシュ(卵・ベーコン・玉ねぎ・小松菜・ごぼう・チーズ) マカロニの軟煮(ブロッコリー・人参・玉ねぎ) みそ汁(大根・人参・白菜)	全粥 豆腐のキッシュ(卵・玉ねぎ・小松菜・チーズ) マカロニの軟煮(ブロッコリー・人参・玉ねぎ) スープ(大根・人参・白菜)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮(玉ねぎ・小松菜) マカロニの軟煮(ブロッコリー・人参・玉ねぎ) スープ(大根・人参・白菜)
	午後	バタークッキー 牛乳	トースト スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)		午後	ピザトースト(ピーマン・玉ねぎ・チーズ) 牛乳	トースト(チーズ) スープ(小松菜・人参)	パン粥 スープ(小松菜・人参)
16日	昼食	そぼろ御飯(軟飯)(鶏ひき) 鶏肉の照り焼き 切干し大根のサラダ(きゅうり・人参) みそ汁(小松菜・油揚げ・しめじ)	全粥 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) スープ(小松菜・人参)	7倍粥 鶏ひきのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) スープ(小松菜・人参)	30日	昼食	軟飯 豚肉と春雨の野菜炒め(玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン) かぼちゃの甘煮 みそ汁(もやし・わかめ・人参)	全粥 豚ひきの炒め煮(玉ねぎ・キャベツ・人参) かぼちゃの軟煮 スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひきのとろとろ煮(玉ねぎ・キャベツ・人参) かぼちゃの軟煮 スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	マカロニきな粉 牛乳	トースト スープ(大根・人参)	パン粥 スープ(大根・人参)		午後	きつねおにぎり(軟飯)(油揚げ・ごま) 牛乳	全粥(しらす) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥(しらす) スープ(キャベツ・人参)
17日	昼食	軟飯 豚肉とキャベツのみそ炒め(玉ねぎ・ピーマン・赤ピーマン・ねぎ) 大根とちくわの煮物(人参・こんにゃく・高野豆腐) みそ汁(もやし・ねぎ・わかめ)	全粥 豚ひきとキャベツの炒め煮(玉ねぎ) 大根の軟煮(人参) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひきのとろとろ煮(玉ねぎ・キャベツ) 大根の軟煮(人参) スープ(人参・玉ねぎ)	31日	昼食	軟飯 たらのクリームコーン焼き キャベツの和風サラダ(きゅうり・人参) 豚汁(豚・大根・人参・ごぼう・こんにゃく・ねぎ)	全粥 たらの照り焼き キャベツの軟煮(きゅうり・人参) スープ(大根・人参)	7倍粥 かぜいのとろとろ煮 キャベツの軟煮(きゅうり・人参) スープ(大根・人参)
	午後	お好み焼き(豚ひき・キャベツ・ねぎ) 牛乳	トースト スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)		午後	にんじんケーキ 牛乳	ホットケーキ(にんじん) スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
18日	昼食	ちゃんぽんラーメン(豚・キャベツ・玉ねぎ・もやし・人参) 厚揚げマーボー(豚ひき・ねぎ・人参) バナナ	やわらかラーメン(豚ひき・キャベツ・玉ねぎ・人参) 豆腐のとろとろ煮(豚ひき・人参) バナナ	やわらかうどん(鶏ひき・キャベツ・玉ねぎ・人参) 豆腐のとろとろ煮(鶏ひき・人参) バナナ		午後	トースト(ツナ・マヨ・チーズ) 牛乳	トースト(チーズ) スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)

※野菜スティックが毎日つきます

※後期食の豚ひき肉は赤身を使っています。