

2020年度 1月 離乳食予定献立表

		1回食 (5・6か月)	2回食 (7~9か月)			1回食 (5・6か月)	2回食 (7~9か月)
4 18 (月)	午前		おかゆ みそ汁 白身魚 キャベツあん じゃが芋煮	25 (月)	午前		おかゆ みそ汁 豆腐青菜あん さつま芋煮
	午後		おかゆ 納豆野菜煮 くだもの		午後		にゅうめん しらす野菜煮 くだもの
5 19 (火)	午前		おかゆ スープ 豆腐野菜あん かぼちゃ煮	12 26 (火)	午前		おかゆ みそ汁 かじき 白菜あん じゃが芋煮
	午後		おかゆ おふ野菜煮 くだもの		午後		おかゆ おふ野菜煮 くだもの
6 20 (水)	午前		おかゆ コーンスープ 納豆野菜煮 ブロッコリー煮	13 27 (水)	午前		おかゆ みそ汁 納豆野菜煮 かぼちゃ煮
	午後		おかゆ しらす野菜あん くだもの		午後		おかゆ しらす野菜あん くだもの
7 21 (木)	午前		おかゆ みそ汁 鮭青菜あん かぶの磯煮	14 28 (木)	午前		おかゆ のっぺい汁 白身魚みそ煮 かぶ煮
	午後		おかゆ 豆腐野菜あん くだもの		午後		おかゆ おふ野菜煮 くだもの
8 22 (金)	午前		おかゆ すまし汁 しらす根菜煮	15 29 (金)	午前		おかゆ みそ汁 豆腐白菜あん ブロッコリー煮
	午後		おかゆ おふ野菜煮 くだもの		午後		さつま芋がゆ しらす野菜あん くだもの
9 23 (土)	午前		おかゆ みそ汁 白身魚野菜煮 じゃが芋煮	16 30 (土)	午前		おかゆ 白身魚野菜あん かぼちゃ煮
	午後		おかゆ 納豆野菜煮 くだもの		午後		おかゆ おふ野菜煮 くだもの

*離乳食に使用している食材 鮭-北海道産、
たら-北海道産、かじき-和歌山県産
くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。



2020年度 1月 離乳食予定献立表

		3回食（10～12か月）	完了前期食（13～15か月）			3回食（10～12か月）	完了前期食（13～15か月）
4 18 (月)	午前	軟飯 みそ汁 白身魚 キャベツあん じゃが芋煮	ゆかり軟飯 みそ汁 ツナじゃがコロッケ コールスローサラダ	25 (月)	午前	軟飯 みそ汁 豆腐青菜あん ひじき茶巾 (さつま芋)	わかめ軟飯 みそ汁 ごぼうハンバーグ ひじき煮 ポパイサラダ
	午後	納豆野菜ごはん くだもの	豆腐ドーナツ せんべい くだもの		午後	にゅうめん しらす野菜煮 くだもの	にゅうめん クラッカー くだもの
5 19 (火)	午前	軟飯 スープ 豆腐ひき肉あん(豚) かぼちゃ煮	軟飯 ワンタンスープ マーボー豆腐 春雨サラダ	12 26 (火)	午前	軟飯 みそ汁 かじき 白菜あん じゃが芋煮	軟飯 みそ汁 タンドリーかじき コロコロサラダ
	午後	ゆでさつま芋 おふ野菜煮 くだもの	メープル大学芋 クラッカー くだもの		午後	パン おふ野菜煮 くだもの	りんごケーキ せんべい くだもの
6 20 (水)	午前	軟飯 コーンスープ 納豆野菜煮 ブロッコリー煮	チキンと豆のカレー コーンスープ ブロッコリーピクルス	13 27 (水)	午前	軟飯 みそ汁 納豆野菜煮 かぼちゃ煮	豚丼 みそ汁 ごまサラダ
	午後	パン しらす野菜あん くだもの	ジャムサンド レーズン くだもの		午後	パン しらす野菜あん くだもの	フルーツヨーグルト おふのラスク
7 21 (木)	午前	軟飯 みそ汁 鮭青菜あん かぶの磯煮	軟飯 みそ汁 鮭パン粉焼き 土佐炒め 海苔あえ	14 28 (木)	午前	軟飯 のっぺい汁 白身魚みそ煮 かぶゆかり和え	軟飯 のっぺい汁 さわら西京焼き 切干煮 ゆかり和え
	午後	おにぎり 豆腐野菜あん くだもの	七草おにぎり 干し芋 くだもの		午後	そぼろおにぎり おふ野菜煮 くだもの	そぼろおにぎり 干し芋 くだもの
8 22 (金)	午前	軟飯 すまし汁 しらす根菜煮	お赤飯 すまし汁 筑前煮 ブロッコリーボン酢	15 29 (金)	午前	軟飯 みそ汁 豆腐と鶏の白菜あん ブロッコリー煮	軟飯 みそ汁 鶏のから揚げ 里芋煮 ごま和え
	午後	野菜パスタ おふ野菜煮 くだもの	マカロニきなこ レーズン くだもの		午後	さつま芋お焼き しらす野菜あん くだもの	おにまんじゅう きな粉棒 くだもの
9 23 (土)	午前	みそ野菜うどん 白身魚野菜煮 じゃが芋煮	焼きうどん じゃがいもスープ ひじきサラダ	16 30 (土)	午前	野菜うどん 白身魚野菜あん かぼちゃ煮	カレーうどん かぼちゃそぼろ煮 くだもの
	午後	おにぎり 納豆野菜煮 くだもの	ごへいもち クラッカー くだもの		午後	鮭おにぎり おふ野菜煮 くだもの	鮭わかめおにぎり せんべい くだもの

*離乳食に使用している食材 鮭—北海道産、
たら—北海道産、さわら—富山県産、
あじ—長崎県産、かじき—和歌山県産
くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

☆この他に野菜スティックがつきます。
☆午後食には野菜スープがつきます。
☆完了前期食には毎食牛乳(温)が付きます。

