

2022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	午前	/	7倍がゆ→全がゆ たら野菜煮 じゃがいも煮 スープ	11 25	午前	/	7倍がゆ→全がゆ 鮭野菜煮 かぼちゃ煮 みそ汁
	(水) 午後	/	7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ		(水) 午後	/	7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ
5 19	午前	/	7倍がゆ→全がゆ しらすブロッコリー煮 かぼちゃ煮 みそ汁	12 26	午前	/	7倍がゆ→全がゆ 豆腐と白菜の煮物 ブロッコリー煮 かぶのスープ
	(木) 午後	/	7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ		(木) 午後	/	7倍がゆ→全がゆ たら野菜煮 くだもの 野菜スープ
6 20	午前	/	7倍がゆ→全がゆ 豆腐紅白煮 さつま芋煮 すまし汁	13 27	午前	/	7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 じゃがいも煮 みそ汁
	(金) 午後	/	7倍がゆ→全がゆ たら青菜煮 くだもの 野菜スープ		(金) 午後	/	7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ
7 21	午前	/	/	14 28	午前	/	/
	(土) 午後	/	/		(土) 午後	/	/
23	午前	/	7倍がゆ→全がゆ しらすみそ煮 さつま芋煮 みそ汁	16 30	午前	/	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 大根煮 みそ汁
	(月) 午後	/	7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ		(月) 午後	/	7倍がゆ→全がゆ たらさつま芋煮 くだもの 野菜スープ
10 24	午前	/	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 だいこん煮 みそ汁	17 31	午前	/	7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 ブロッコリー煮 みそ汁
	(火) 午後	/	7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ		(水) 午後	/	7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ

*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。

★☆☆今月のくだもの☆☆★
バナナ、みかん、りんご、いちご

2022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	午前	/	高野豆腐のドライカレー 根菜スープ ツナサラダ	11 25	午前	/	軟飯 みそ汁 鮭玉ねぎソース じゃこサラダ
	(水) 午後	/	黒糖みそ蒸しパン レーズン くだもの 野菜スープ		(水) 午後	/	きなこおはぎ 煮豆 くだもの 野菜スープ
5 19	午前	/	軟飯 みそ汁 豚肉のみそ炒め ブロッコリーボン酢	12 26	午前	/	軟飯 かぶスープ 白菜ミートグラタン ブロッコリーピクルス
	(木) 午後	/	さつま芋もち せんべい くだもの 野菜スープ		(木) 午後	/	ジャムケーキ 干し芋 くだもの 野菜スープ
6 20	午前	/	軟飯 すまし汁 松風焼き さつまいも甘煮	13 27	午前	/	軟飯(納豆) 豚汁 あじフライ コールスローサラダ
	(金) 午後	/	七草おむすび きなこ棒 くだもの 野菜スープ		(金) 午後	/	チキンライスおにぎり レーズン くだもの 野菜スープ
7 21	午前	/	みそ煮込みうどん ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト	14 28	午前	/	わかめ軟飯 みそ汁 肉じゃが サラダ
	(土) 午後	/	こぎつねおにぎり クラッカー くだもの 野菜スープ		(土) 午後	/	ラスク チーズ くだもの 野菜スープ
23	午前	/	軟飯 みそ汁 かじき西京焼き 切干大根煮 ほうれん草ごま和え	16 30	午前	/	そばろ軟飯 みそ汁 おでん くだもの
	(月) 午後	/	たぬきうどん せんべい くだもの		(月) 午後	/	メープル大学芋 クラッカー くだもの 野菜スープ
10 24	午前	/	ゆかり軟飯 みそ汁 鶏肉と大根の煮物 ごまチーズサラダ	17 31	午前	/	軟飯 けんちん汁 鶏の照り焼き 春雨サラダ
	(火) 午後	/	メープルサンド クラッカー くだもの 野菜スープ		(水) 午後	/	セサミトースト レーズン くだもの 野菜スープ

*離乳食に使用している食材
 鮭—北海道産、たら—北海道産
 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。
 ☆完了前期食には毎食牛乳(温)が付きます。
 ★☆今月のくだもの☆★
 バナナ、みかん、りんご、いちご