

令和 5年10月 離乳食献立表



		中期	後期
2 (月)	昼食	・7倍粥・大根スープ・じゃがいものそぼろあんかけ・ブロッコリー煮	・全粥・味噌汁・ツナの炒め煮・ブロッコリーの和え物
	午後		・じゃがいもスティック
3 (火)	昼食	・7倍粥・ほうれん草スープ・煮魚・キャベツ煮浸し	・全粥・ほうれん草スープ・煮魚・キャベツサラダ
	午後		・とうもろこし粥
4 (水)	昼食	・7倍粥・キャベツスープ・小松菜のひき肉あんかけ・さつまいも煮	・全粥・ニラスープ・豚肉野菜炒め・小松菜のお浸し
	午後		・さつまいもスティック
5 (木)	昼食	・パン粥(食パン)・野菜スープ・かぼちゃのそぼろ煮・きゅうり煮浸し	・パン粥(食パン)・味噌汁・かぼちゃのそぼろ煮・きゅうりのサラダ
	午後		・ハイハイン
6 (金)	昼食	・7倍粥・すまし汁・魚の旨煮・バナナ	・全粥・すまし汁・魚の彩り煮・バナナ
	午後		・じゃがいもスティック
7 (土)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・大根のひき肉煮・キャベツ煮浸し	・全粥・わかめスープ・豚肉と大根の煮物・キャベツの和え物
	午後		・ハイハイン
10 (火)	昼食	・煮込みうどん・ほうれん草の煮浸し・りんご	・煮込みうどん・ほうれん草サラダ・りんご
	午後		・かぼちゃ粥
11 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・トマト煮	・全粥・すまし汁・煮魚・トマトときゅうりのサラダ
	午後		・パン粥(食パン)
12 (木)	昼食	・7倍粥・小松菜スープ・さつまいものそぼろあんかけ・きゅうりの煮浸し	・全粥・味噌汁・大豆とさつまいも煮・ピーマンお浸し
	午後		・ハイハイン
13 (金)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・ヨーグルト・ブロッコリー煮浸し	・全粥・野菜スープ・牛肉炒め・ブロッコリー煮
	午後		・じゃがいもスティック
14 (土)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・豆腐の煮物・かぼちゃの甘煮	・全粥・白菜スープ・豆腐の煮物・かぼちゃサラダ
	午後		・ハイハイン
16 (月)	昼食	・7倍粥・大根スープ・キャベツのひき肉あんかけ・トマト煮	・全粥・大根スープ・納豆煮・トマト和え
	午後		・さといも煮
17 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・魚の旨煮・梨	・全粥・味噌汁・魚の旨煮・梨
	午後		・じゃがいもスティック

		中期	後期
18 (水)	昼食	・パン粥(食パン)・キャベツスープ・ひき肉と玉ねぎのだし煮・ほうれん草煮浸し	・パン粥(食パン)・キャベツスープ・豚肉野菜炒め・もやしの和え物
	午後		・ほうれん草粥
19 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・豆腐の煮物・大根煮浸し	・全粥・味噌汁・豆腐ステーキ・大根サラダ
	午後		・ハイハイ
20 (金)	昼食	・7倍粥・かぼちゃスープ・魚の彩り煮・みかん	・全粥・野菜スープ・魚とチンゲン菜煮・みかん
	午後		・かぼちゃ粥
21 (土)	昼食	・7倍粥・ほうれん草スープ・じゃがいものそぼろ煮・大根の旨煮	・全粥・ほうれん草スープ・肉じゃが・大根お浸し
	午後		・ハイハイ
23 (月)	昼食	・7倍粥・すまし汁・煮魚・きゅうり煮浸し	・全粥・さといもスープ・魚の味噌煮・きゅうりのサラダ
	午後		・バナナ
24 (火)	昼食	・7倍粥・トマトスープ・豆腐の煮物・さつまいもの甘煮	・全粥・トマトスープ・豆腐ステーキ・ひじきサラダ
	午後		・さつまいもスティック
25 (水)	昼食	・7倍粥・小松菜スープ・鶏肉の煮物・みかん	・全粥・小松菜スープ・鶏肉の煮物・みかん
	午後		・大豆粥
26 (木)	昼食	・7倍粥・ブロッコリースープ・煮魚・かぼちゃ煮	・全粥・ブロッコリースープ・煮魚・かぼちゃサラダ
	午後		・ハイハイ
27 (金)	昼食	・7倍粥・なすスープ・じゃがいものそぼろあんかけ・大根煮	・全粥・味噌汁・肉野菜炒め・なすの煮物
	午後		・じゃがいもスティック
28 (土)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・ひき肉とキャベツ煮・ほうれん草煮浸し	・全粥・わかめスープ・豚肉の煮物・もやしの和え物
	午後		・ハイハイ
30 (月)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・ひき肉とチンゲンサイのだし煮・バナナ	・全粥・チンゲンサイスープ・豚肉野菜炒め・バナナ
	午後		・じゃがいもスティック
31 (火)	昼食	・7倍粥・ブロッコリースープ・鶏肉とかぼちゃ煮・りんご	・全粥・ブロッコリースープ・キャベツのひき肉煮・りんご
	午後		・かぼちゃ粥