

# 離乳食献立表

令和 6年12月(離乳中期)

株式会社りぼん

日付	献立名 昼食	食品名
2 (月)	五目うどん・にんじんやわらか煮	ゆでうどん・若鶏もも・たまねぎ・はくさい・かつお・昆布だし(荒節)・にんじん・片栗粉
3 (火)	7倍粥・鮭とほうれん草の煮物・玉ねぎのすまし汁	米・さけ・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ・にんじん
4 (水)	パン粥・ささみとじゃが芋の煮物・チンゲン菜スープ	食パン・鶏ささ身・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ
5 (木)	7倍粥・鶏肉と白菜の煮物・ほうれん草スープ	米・鶏ひき肉・はくさい・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう・たまねぎ
6 (金)	7倍粥・カレイと人参の煮物・さつま芋のすまし汁	米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・さつまいも
7 (土)	7倍粥・しらすと小松菜の煮物・豆腐のすまし汁	米・こまつな・しらす干し・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・たまねぎ
9 (月)	五目あんかけ粥・じゃが芋スープ	米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉
10 (火)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・白菜のすまし汁	米・鶏ひき肉・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・にんじん
11 (水)	7倍粥・たいの煮物・ほうれん草スープ	米・たい・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・濃口しょうゆ・片栗粉・冷凍ほうれんそう・にんじん・薄口しょうゆ
12 (木)	パン粥・鶏肉の煮物・にんじんスープ	食パン・鶏ひき肉・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん・キャベツ
13 (金)	7倍粥・カレイとかぶの煮物・かぼちゃスープ	米・まがれい・かぶ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
14 (土)	鶏そうすい・白菜スープ	米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・はくさい
16 (月)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・人参スープ	米・鶏ひき肉・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
17 (火)	7倍粥・たいと人参の煮物・麩と大根のすまし汁	米・たい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・釜焼きふ・だいこん
18 (水)	7倍粥・しらすと野菜の煮物・玉ねぎのすまし汁	米・しらす干し・きゅうり・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
19 (木)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・小松菜のすまし汁	米・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな
20 (金)	7倍粥・鮭とほうれん草の煮物・さつま芋のスープ	米・さけ・冷凍ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・さつまいも
21 (土)	五目おじや・かぼちゃスープ	米・ぶたひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ
23 (月)	7倍粥・鶏肉と豆腐の煮物・白菜スープ	米・鶏ひき肉・絹ごし豆腐・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・にんじん
24 (火)	パン粥・鶏肉と人参の煮物・トマトスープ	食パン・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも・ホールトマト
25 (水)	鶏肉とブロッコリーのお粥・たまねぎスープ	米・鶏ひき肉・たまねぎ・ブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・にんじん
26 (木)	7倍粥・カレイと玉ねぎの煮物・キャベツのすまし汁	米・まがれい・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・だいこん
27 (金)	7倍粥・ささみと大根の煮物・かぶのスープ	米・だいこん・若鶏ささ身・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・かぶ・にんじん
28 (土)	鶏肉と野菜のそうすい・にんじんスープ	米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・にんじん・キャベツ