

離乳食中期献立表

令和 7年3月

株式会社りぼん

日付	献立名 昼食	食品名
1 (土)	豆腐入りおじや・たまねぎスープ	・米・絹ごし豆腐・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・たまねぎ
3 (月)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・キャベツのスープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・たまねぎ
4 (火)	7倍粥・鯛と野菜の煮物・豆腐と大根のスープ	・米・鯛・ながさきはくさい・にんじん・片栗粉・かつお・昆布だし(荒節)・絹ごし豆腐・だいこん
5 (水)	鶏肉と野菜のぞうすい・ほうれん草スープ	・米・にんじん・きゅうり・鶏ひき肉・かつお・昆布だし(荒節)・たまねぎ・冷凍ほうれんそう
6 (木)	7倍粥・鶏肉と小松菜の煮物・玉ねぎのすまし汁	・米・鶏ひき肉・こまつな・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
7 (金)	お別れ遠足	・米・しらす干し・冷凍くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう
8 (土)	鶏肉と野菜の雑炊・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・冷凍くりかぼちゃ
10 (月)	鶏肉と野菜の雑炊・豆腐のすまし汁	・米・若鶏もも皮なし・たまねぎ・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・絹ごし豆腐・キャベツ
11 (火)	7倍粥・鮭と野菜の煮物・白菜スープ	・米・さけ・ながさきはくさい・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・にんじん
12 (水)	7倍粥・カレーと人参の煮物・チンゲン菜のスープ	・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ
13 (木)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
14 (金)	しらすと野菜の煮物・ほうれん草スープ	・しらす干し・たまねぎ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう
15 (土)	とり野菜雑炊・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)
17 (月)	7倍粥・じゃが芋と鶏肉の煮物・キャベツのすまし汁	・米・鶏もも(皮なし)・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん・キャベツ
18 (火)	鶏肉と野菜の雑炊・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう
19 (水)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ
21 (金)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・大根のすまし汁	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
22 (土)	しらすと野菜の雑炊・キャベツのスープ	・米・しらす干し・キャベツ・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)
24 (月)	7倍粥・鶏じゃが・キャベツのスープ	・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・キャベツ
25 (火)	7倍粥・カレーと人参の煮物・チンゲン菜スープ	・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ・にんじん・鶏がらだし
26 (水)	7倍粥・鶏肉とじゃが芋の煮物・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍くりかぼちゃ
27 (木)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・じゃがいものスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも
28 (金)	7倍粥・サケと玉ねぎの煮物・キャベツスープ	・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ
29 (土)	しらす雑炊・豆腐のすまし汁	・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐
31 (月)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・冷凍ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ