

## 令和 5年12月 離乳食献立表

		中期	後期
1 (金)	昼食	・7倍粥・ブロッコリースープ・豆腐の煮物・大根の煮浸し	・全粥・味噌汁・鶏肉の煮物・大根サラダ
	午後		・豆腐粥
2 (土)	昼食	・7倍粥・キャベツスープ・じゃがいものそぼろあんかけ・きゅうりの煮浸し	・全粥・キャベツスープ・肉じゃが・きゅうりのお浸し
	午後		・ハイハイン
4 (月)	昼食	・7倍粥・ポテトスープ・鶏肉とほうれん草の煮物・かぶの含め煮	・全粥・味噌汁・鶏肉の野菜炒め風・ほうれん草の和え物
	午後		・じゃがいもスティック
5 (火)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・煮魚・かぼちゃの甘煮	・全粥・すまし汁・煮魚・いんげんサラダ
	午後		・かぼちゃ粥
6 (水)	昼食	・パン粥(食パン)・ブロッコリースープ・豆腐の彩り煮・きゅうりの煮浸し	・パン粥(食パン)・ブロッコリースープ・豆腐ステーキ・キャベツのお浸し
	午後		・しらす雑炊
7 (木)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・じゃがいものそぼろあんかけ・キャベツ煮浸し	・全粥・わかめスープ・ツナの炒め煮・じゃがいもの煮物
	午後		・ハイハイン
8 (金)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・魚の旨煮・りんご	・全粥・もやしスープ・魚の旨煮・りんご
	午後		・パン粥(食パン)
9 (土)	昼食	・7倍粥・大根スープ・ブロッコリーのひき肉煮・さつまいもの煮物	・全粥・大根スープ・大豆煮・さつまいもサラダ
	午後		・ハイハイン
11 (月)	昼食	・7倍粥・キャベツスープ・ヨーグルト・かぼちゃ煮	・全粥・キャベツスープ・ヨーグルト・かぼちゃの煮物
	午後		・とうもろこし粥
12 (火)	昼食	・7倍粥・ポテトスープ・大根のそぼろ煮・ブロッコリー煮浸し	・全粥・ポテトスープ・鶏肉の煮物・大根サラダ
	午後		・りんご
13 (水)	昼食	・7倍粥・さつまいもスープ・煮魚・白菜煮浸し	・全粥・味噌汁・煮魚・わかめの和え物
	午後		・さつまいもスティック
14 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・豆腐の煮物・小松菜煮浸し	・全粥・小松菜スープ・豆腐の煮物・ピーマンサラダ
	午後		・ハイハイン
15 (金)	昼食	・7倍粥・ポテトスープ・ブロッコリーのそぼろ煮・煮トマト	・全粥・トマトスープ・納豆煮・ブロッコリーサラダ
	午後		・煮込みうどん

		中期	後期
16 (土)	昼食	・7倍粥・キャベツスープ・きゅうりのひき肉煮・みかん	・全粥・キャベツスープ・豚肉野菜炒め・みかん
	午後		・ハイハイ
18 (月)	昼食	・7倍粥・かぼちゃスープ・煮魚・大根の旨煮	・全粥・野菜スープ・魚の旨煮・大根サラダ
	午後		・かぼちゃ粥
19 (火)	昼食	・7倍粥・にんじんスープ・豆腐の煮物・ほうれん草煮浸し	・全粥・さといもスープ・豆腐の煮物・ほうれん草のお浸し
	午後		・パン粥(食パン)
20 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・じゃがいものそぼろあんかけ・いちご	・全粥・すまし汁・鶏肉の炒め煮・いちご
	午後		・じゃがいもスティック
21 (木)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・煮魚・なすの煮物	・全粥・白菜スープ・煮魚・もやしの和え物
	午後		・ハイハイ
22 (金)	昼食	・7倍粥・すまし汁・玉ねぎとしらすの煮物・かぼちゃの甘煮	・全粥・すまし汁・大豆煮・かぼちゃサラダ
	午後		・しらす雑炊
23 (土)	昼食	・7倍粥・大根スープ・じゃがいものそぼろあんかけ・きゅうり煮浸し	・全粥・味噌汁・大根のそぼろ煮・きゅうりのお浸し
	午後		・ハイハイ
25 (月)	昼食	・パン粥(食パン)・ブロッコリースープ・キャベツのひき肉煮・煮トマト	・パン粥(食パン)・ブロッコリースープ・鶏肉の野菜炒め風・トマト
	午後		・バナナ
26 (火)	昼食	・7倍粥・白菜スープ・煮魚・きゅうり煮	・全粥・さといもスープ・魚の旨煮・白菜のお浸し
	午後		・パン粥(食パン)
27 (水)	昼食	・7倍粥・なすスープ・鶏肉とほうれん草の煮物・バナナ	・全粥・味噌汁・ピーマンの炒め煮・バナナ
	午後		・ほうれん草粥
28 (木)	昼食	・煮込みうどん・じゃがいも煮・りんご	・煮込みうどん・ポテトサラダ・りんご
	午後		・ハイハイ