

## 離乳中期 献立表

令和 7年1月

株式会社りぼん

日付	献立名	食品名
	昼食	
4 (土)	じゃこ雑炊・野菜スープ	・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・冷凍ほうれんそう・にんじん
6 (月)	鶏のそぼろ粥・野菜スープ	・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・じゃがいも・フロッコリー
7 (火)	肉うどん・きゅうりの煮物	・ゆでうどん・鶏ひき肉・たまねぎ・冷凍ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・きゅうり
8 (水)	7倍粥・鮭の煮物・豆腐のスープ	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・豆腐・たまねぎ・じゃがいも
9 (木)	7倍粥・貝たくさん煮物・キャベツのすまし汁	・米・鶏ひき肉・だいこん・はくさい・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・こまつな
10 (金)	7倍粥・かれいとたまねぎの煮物・豆乳スープ	・米・まがれい・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう・にんじん・豆乳・水
11 (土)	鶏のあんかけ粥・チンゲン菜のスープ	・米・鶏ひき肉・はくさい・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
14 (火)	7倍粥・鮭とたまねぎの煮物・かぼちゃのスープ	・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・こまつな
15 (水)	7倍粥・豆腐の煮物・鶏のスープ	・米・ソフト豆腐・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ
16 (木)	7倍粥・鶏の煮物・野菜スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
17 (金)	7倍粥・鮭の煮物・豆腐のすまし汁	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ソフト豆腐・にんじん
18 (土)	鶏のそぼろ粥・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)・片栗粉・はくさい
20 (月)	7倍粥・鶏の煮物・チンゲン菜のスープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ
21 (火)	7倍粥・カレーの煮物・白菜のスープ	・米・まがれい・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・にんじん
22 (水)	7倍粥・肉じゃが・大根スープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・こまつな
23 (木)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・すまし汁	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・豆腐・たまねぎ
24 (金)	7倍粥・鶏の煮物・たまねぎのスープ	・米・鶏ひき肉・ソフト豆腐・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・たまねぎ・にんじん・キャベツ
25 (土)	煮込みうどん・バナナ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・バナナ
27 (月)	7倍粥・カレーの煮物・キャベツのすまし汁	・米・まがれい・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
28 (火)	パン粥・鶏の煮物・白菜のスープ	・食パン・水・鶏ひき肉・ソフト豆腐・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・たまねぎ・にんじん
29 (水)	7倍粥・鮭の煮物・じゃがいものすまし汁	・米・さけ・こまつな・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも・にんじん
30 (木)	鶏そうすい・チンゲン菜のすまし汁	・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・ソフト豆腐
31 (金)	7倍粥・鶏とほうれん草の煮物・たまねぎスープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・たまねぎ