



## 離乳食中期 献立表

令和 8年2月

株式会社りぼん

日付	献立名 昼食	食品名
2 (月)	7倍粥・かれいとチンゲン菜の煮物・かぼちゃスープ	・米・かれい・チンゲンサイ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
3 (火)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーの煮物・大根スープ	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
4 (水)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・大根スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・にんじん
5 (木)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・麴のスープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・釜焼きふ・たまねぎ
6 (金)	7倍粥・サケとブロッコリーの煮物・かぼちゃスープ	・米・さけ・にんじん・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・にんじん
7 (土)	7倍粥・しらすとキャベツの煮物・ほうれん草スープ	・米・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・ほうれんそう・にんじん
9 (月)	7倍粥・カレイと小松菜の煮物・かぶのすまし汁	・米・まがれい・にんじん・こまつな・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・かぶ
10 (火)	7倍粥・鶏肉とかぶの煮物・じゃが芋スープ	・米・鶏ひき肉・かぶ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん
12 (木)	煮込みうどん・ブロッコリースープ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ブロッコリー・にんじん
13 (金)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ
14 (土)	鶏雑炊・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・鮭とほうれん草の煮物・かぼちゃスープ	・米・さけ・たまねぎ・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
17 (火)	7倍粥・鶏肉とじゃがいものうま煮・ブロッコリースープ	・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・ゆでブロッコリー・たまねぎ・にんじん
18 (水)	7倍粥・カレイの煮物・豆腐のすまし汁	・米・まがれい・にんじん・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐
19 (木)	しらすと大根の煮物・キャベツのスープ	・しらす干し・だいこん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
20 (金)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・さつま芋のスープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・さつまいも
21 (土)	しらすとほうれん草の煮物・豆乳スープ	・しらす干し・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・豆乳・水
24 (火)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・ほうれんそう
25 (水)	7倍粥・豆腐としらすのうま煮・白菜スープ	・米・絹ごし豆腐・しらす干し・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・にんじん
26 (木)	7倍粥・鮭とじゃが芋の煮物・豆腐のすまし汁	・米・さけ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・にんじん
27 (金)	しらす雑炊・ほうれん草のスープ	・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれんそう
28 (土)	しらす雑炊・かぼちゃスープ	・米・しらす干し・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ・釜焼きふ