



離乳食中期 献立表

令和 8年3月

株式会社りぼん

日付	献立名 昼食	食品名
2 (月)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・絹ごし豆腐
3 (火)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・絹ごし豆腐
4 (水)	7倍粥・かれいと白菜の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・かれい・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
5 (木)	お別れ親子遠足 	
6 (金)	7倍粥・鮭と大根の煮物・チンゲン菜のスープ	・米・さけ・だいこん・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
7 (土)	鶏雑炊・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれんそう
9 (月)	鶏肉とほうれん草のお粥・玉ねぎのすまし汁	・米・鶏ひき肉・にんじん・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・たまねぎ・にんじん
10 (火)	7倍粥・カレイとキャベツの煮物・豆乳スープ	・米・まがれい・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ・くりかぼちゃ・豆乳・水
11 (水)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・小松菜スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・にんじん・片栗粉・かつお・昆布だし(荒節)・こまつな
12 (木)	7倍粥・カレイと人参の煮物・豆腐のすまし汁	・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・キャベツ
13 (金)	しらすと野菜の雑炊・チンゲン菜スープ	・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・チンゲンサイ
14 (土)	鶏と野菜の雑炊・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ・たまねぎ
16 (月)	7倍粥・豆腐と白菜の煮物・ほうれん草のすまし汁	・米・絹ごし豆腐・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう
17 (火)	7倍粥・鶏じゃが・カリフラワースープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでカリフラワー
18 (水)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・白菜のすまし汁	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・にんじん
19 (木)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・豆腐のすまし汁	・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・絹ごし豆腐・キャベツ
21 (土)	鶏肉とキャベツの雑炊・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・ながさきはくさい・にんじん
23 (月)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーの煮物・大根のすまし汁	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
24 (火)	しらすと野菜のお粥・さつま芋スープ	・米・しらす干し・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・さつまいも
25 (水)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・ブロッコリースープ	・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・ゆでブロッコリー・たまねぎ
26 (木)	7倍粥・かれい・だいこん・大根の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・かれい・だいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでくりかぼちゃ
27 (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
28 (土)	鶏と豆腐の雑炊・玉ねぎのすまし汁	・米・鶏ひき肉・豆腐・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)
30 (月)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーの煮物・豆腐のすまし汁	・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・絹ごし豆腐
31 (火)	鶏雑炊・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・キャベツ