

令和5年 献立二覧表

離乳食

日 曜	6～8ヶ月	赤 血や肉になる	食 料やかとなる	緑 野菜をととのえる	(その他の食品)	7～8ヶ月	赤 血や肉になる	食 料やかとなる	緑 野菜をととのえる	(その他の食品)	9～11ヶ月	赤 血や肉になる	食 料やかとなる	緑 野菜をととのえる	(その他の食品)
15日 水	10倍がゆ 麦のペースト にんじんのペースト ブロッコリーのペースト		米・小麦がゆ かたくり粉	にんじん・ブロッコリー	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー	水・だし	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮 野菜入り軟飯	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー	水・だし・しょうゆ
2日 木	10倍がゆ 白身魚のペースト 小松菜のペースト にんじんのペースト	たら	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 魚と野菜のほぐし煮 キャベツの軟らか煮		米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・キャベツ	水・だし	軟飯 魚と野菜のほぐし煮 キャベツの軟らか煮 おかわ軟飯	たら・かつお節・豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・キャベツ	水・だし・しょうゆ
17日 金	10倍がゆ 麦のペースト 玉ねぎのペースト にんじんのペースト		米・じゃがいも	大根	水・だし	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 にんじんの軟らか煮	高野豆腐	米・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スチーマーにんじん ポトフ・チーズ	高野豆腐・牛乳	米・じゃがいも・かたくり粉 薄力粉・上白糖・割合量	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ へーケル・バター
18日 土	10倍がゆ 豆餡のペースト じゃがいものペースト だいこんのペースト	絹ごし豆腐	米・じゃがいも	大根	水・だし	7倍がゆ 豆餡と野菜のトロロ煮 だいこんの軟らか煮	絹ごし豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし	軟飯 豆餡と野菜のトロロ煮 スチーマーだいこん ふかし芋	絹ごし豆腐	米・かたくり粉 薄力粉・上白糖	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ へーケル・バター
19日 日	10倍がゆ 麦のペースト 玉ねぎのペースト にんじんのペースト		米・小麦がゆ かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 高野豆腐と野菜煮 にんじんの軟らか煮	高野豆腐	米・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	軟飯 高野豆腐と野菜煮 スチーマーにんじん ポトフ・チーズ	高野豆腐・牛乳	米・じゃがいも・かたくり粉 薄力粉・上白糖	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ へーケル・バター
20日 月	10倍がゆ 麦のペースト 玉ねぎのペースト にんじんのペースト		米・小麦がゆ かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 豆餡のペースト にんじんの軟らか煮	高野豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし	軟飯 豆餡と野菜のトロロ煮 スチーマーだいこん ふかし芋	高野豆腐・牛乳	米・じゃがいも・かたくり粉 薄力粉・上白糖	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ へーケル・バター
21日 火	10倍がゆ 豆餡のペースト にんじんのペースト じゃがいものペースト	絹ごし豆腐	米・じゃがいも	にんじん	水・だし	7倍がゆ ブロッコリーと野菜の煮物 じゃがいもの軟らか煮 ぶし	ブロッコリー	米・かたくり粉 じゃがいも・かたくり粉	にんじん・たまねぎ	水・だし	軟飯 ブロッコリーと野菜の煮物 スチーマーじゃがいも ポトフ・チーズ	ブロッコリー・牛乳	米・かたくり粉 薄力粉・上白糖・割合量	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ へーケル・バター
22日 水	10倍がゆ 麦のペースト にんじんのペースト 小松菜のペースト		米・小麦がゆ かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ ひき肉と野菜の煮物 かぼちゃの軟らか煮 し	鶏ひき肉	米・かたくり粉	たまねぎ・かぼちゃ	水・だし	軟飯 ひき肉と野菜の煮物 かぼちゃの軟らか煮 おかわ軟飯	鶏ひき肉・かつお節・豆腐	米・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ
9日 木	10倍がゆ しらすのペースト キャベツのペースト にんじんのペースト	しらす干し	米・かたくり粉	キャベツ・にんじん	水・だし	7倍がゆ しらすと野菜の軟らか煮 キャベツの軟らか煮	しらす干し	米・かたくり粉	にんじん・大根・キャベツ	水・だし	軟飯 しらすと野菜の軟らか煮 キャベツの軟らか煮 ふかし芋	しらす干し	米・かたくり粉 薄力粉・上白糖	にんじん・大根・キャベツ	水・だし・しょうゆ へーケル・バター
10日 金	10倍がゆ 麦のペースト じゃがいものペースト 玉ねぎのペースト		米・小麦がゆ かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 麦と野菜のほぐし煮 じゃがいもの軟らか煮 ぶし	たら	米・かたくり粉 じゃがいも・かたくり粉	にんじん・たまねぎ	水・だし	軟飯 麦と野菜のほぐし煮 じゃがいもの軟らか煮 スチーマーふかし芋	たら・さな粉	米・かたくり粉 薄力粉・上白糖	にんじん・たまねぎ	水・だし・しょうゆ へーケル・バター
11日 土	10倍がゆ 麦のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト		米・小麦がゆ かたくり粉	キャベツ・たまねぎ	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・キャベツ	水・だし	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ キャベツの軟らか煮 おかわ軟飯	ささ身・かつお節・豆腐	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・キャベツ	水・だし・しょうゆ
13日 月	10倍がゆ 豆餡のペースト にんじんのペースト じゃがいものペースト	木綿豆腐	米・じゃがいも	にんじん	水・だし	7倍がゆ 豆餡と野菜のどろ煮 じゃがいもの軟らか煮 ぶし	木綿豆腐	米・かたくり粉 じゃがいも・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・にんじん	水・だし	軟飯 豆餡と野菜のどろ煮 スチーマーじゃがいも ポトフ・チーズ	鶏ひき肉・牛乳	米・かたくり粉 薄力粉・上白糖・割合量	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ へーケル・バター
14日 火	10倍がゆ 麦のペースト にんじんのペースト 玉ねぎのペースト		米・小麦がゆ かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ ひき肉と野菜のトロロ煮 にんじんの軟らか煮	鶏ひき肉	米・じゃがいも・かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	軟飯 ひき肉と野菜のトロロ煮 スチーマーにんじん ポトフ・チーズ	鶏ひき肉・牛乳	米・かたくり粉 薄力粉・上白糖・割合量	たまねぎ・にんじん	水・だし・しょうゆ へーケル・バター
23日 水	10倍がゆ 麦のペースト にんじんのペースト ブロッコリーのペースト		米・小麦がゆ かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ 鶏ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮	ささ身	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー	水・だし	軟飯 鶏ささみの野菜あんかけ ブロッコリーの軟らか煮 野菜入り軟飯	ささ身	米・かたくり粉 薄力粉・上白糖	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー	水・だし・しょうゆ
30日 木	10倍がゆ 麦のペースト にんじんのペースト 玉ねぎのペースト		米・小麦がゆ かたくり粉	たまねぎ・にんじん	水・だし	7倍がゆ ブロッコリーと野菜の煮物 だいこんの軟らか煮	ブロッコリー	米・かたくり粉	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし	軟飯 ブロッコリーと野菜の煮物 スチーマーだいこん スチーマーふかし芋	ブロッコリー・牛乳	米・かたくり粉 薄力粉・上白糖	にんじん・たまねぎ・大根	水・だし・しょうゆ へーケル・バター

※各メニューの食材はアレルギー対応食品に配慮していません。アレルギーが出た場合は速やかに医師に連絡をお願いします。

※食材はアレルギー対応食品に配慮していません。