



# 離乳食献立表



日	月	火	水	木	金 1日	土 2日
					おかゆ 豚肉の中華風煮 キャベツと人参の煮びたし みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ ささみと野菜のあんかけ さつまいものうま煮 みそ汁 (白玉麩)
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
おかゆ カレーのトマト煮 かぼちゃのミルク煮 みそ汁 (白菜)	おかゆ 鶏の甘辛煮 キャベツのコンソメ煮 みそ汁 (かぶ)	おかゆ 豆腐のそぼろあん 人参といんげんの旨煮 みそ汁 (大根)	おかゆ 赤魚の煮つけ じゃがいものクリーム煮 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 鶏団子と野菜のポトフ風 豆腐のあんかけ みそ汁 (白玉麩)	おかゆ 肉じゃが キャベツと玉ねぎのコンソメ煮 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ タラのホワイトソース煮 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁 (さつまい)
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
野菜煮込みうどん かぼちゃのミルク煮 いんげんと人参のコンソメ煮	おかゆ 豆腐ハンバーグ 白菜のケチャップ煮 みそ汁 (白玉麩)	おかゆ カレーと野菜の味噌煮 かぼちゃの含め煮 コンソメスープ (キャベツ)	おかゆ 豚肉とさつまいもの煮物 マカロニのコンソメ煮 みそ汁 (白菜)	おかゆ 鶏の甘辛煮 キャベツと麩の煮びたし みそ汁 (かぶ)	おかゆ タラのトマト煮 かぼちゃの甘煮 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ 鶏と野菜の和風あんかけ キャベツのミルク煮 みそ汁 (白玉麩)
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
おかゆ 豚肉と野菜のコンソメ煮 ブロッコリーのとろみ煮 みそ汁 (さつまい)	おかゆ 赤魚の野菜あんかけ じゃがいものミルク煮 みそ汁 (かぶ)	おかゆ 大根のそぼろ煮 ほうれんそうの煮びたし みそ汁 (白玉麩)	ミートうどん かぼちゃといんげんの旨煮 白菜のコンソメ煮	おかゆ カレーの煮つけ かぶのそぼろあんかけ みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ 肉団子のコンソメ煮 豆腐といんげんの煮物 みそ汁 (白菜)	おかゆ 鶏ささみのクリーム煮 じゃがいもの甘辛煮 みそ汁 (白玉麩)
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
おかゆ タラの野菜あんかけ 白菜のそぼろあん みそ汁 (さつまい)	おかゆ かぼちゃカレー風煮 ミネストローネ風 みそ汁 (かぶ)	おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 人参と白菜の旨煮 みそ汁 (白玉麩)	おかゆ 赤魚の和風あんかけ さつまいものミルク煮 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ 豚肉と白菜の中華煮 ブロッコリーのとろみ煮 みそ汁 (かぶ)	おかゆ 煮込みハンバーグ ほうれんそうの煮びたし みそ汁 (白玉麩)	おかゆ 白身魚のホワイトソース煮 野菜の中華煮 みそ汁 (キャベツ)



感謝して食べましょう!



「いただきます」と「ごちそうさま」は食事に欠かせない大切なあいさつです。

「いただきます」には色々な生き物の命をいただくという意味があり、「ごちそうさま」には料理を作ってくれた人だけでなくお米や野菜を作る農家の人、食材を運んでくれる業者の人など、食事をいただくまでに関わったすべての人への感謝の気持ちがこめられています。

これからも思いやりの心と感謝の気持ちを忘れずに食事を楽しみたいですね。



