



# 離乳食献立表



日	月	火	水 1日	木 2日	金 3日	土 4日
			おかゆ 豚肉の中華風煮 いんげんと人参の旨煮 みそ汁(白玉麩)	おかゆ 赤魚の野菜あんかけ さつまいもの煮物 みそ汁(ほうれん草)	おかゆ 鶏の甘辛煮 いんげんと玉ねぎのコンソメ煮 みそ汁(大根)	おかゆ 肉じゃが 白菜のコンソメ煮 みそ汁(白玉麩)
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
おかゆ タラの煮つけ かぼちゃのミルク煮 みそ汁(キャベツ)	おかゆ 鶏ささみのクリーム煮 豆腐といんげんの煮物 みそ汁(ほうれん草)	おかゆ 豆腐ハンバーグ 人参のコンソメ煮 みそ汁(じゃが芋)	おかゆ カレイと野菜のみそ煮 かぶのそぼろあんかけ コンソメスープ(白菜)	おかゆ 鶏と野菜の和風あんかけ じゃがいものうま煮 みそ汁(キャベツ)	おかゆ 豚肉と野菜のコンソメ煮 豆腐といんげんの煮物 みそ汁(白玉麩)	おかゆ タラのトマト煮 さつまいものミルク煮 みそ汁(ほうれん草)
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
野菜煮込みうどん かぼちゃの含め煮 キャベツのミルク煮	おかゆ 豆腐のそぼろあん 人参と玉ねぎのだし煮 みそ汁(かぶ)	おかゆ 赤魚の野菜あんかけ 白菜の中華煮 みそ汁(ほうれん草)	おかゆ 鶏ささみとさつまいもの煮物 マカロニのケチャップ煮 みそ汁(かぶ)	おかゆ 豚肉の中華風煮 キャベツと麩の煮びたし みそ汁(ほうれん草)	おかゆ カレイの煮つけ かぼちゃの含め煮 みそ汁(白玉麩)	おかゆ 鶏団子と野菜のポトフ風 白菜のケチャップ煮 みそ汁(キャベツ)
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
おかゆ 豚肉と野菜の和風煮 かぶのあんかけ みそ汁(白菜)	おかゆ タラのホワイトソース煮 ほうれんそうの豆腐和え みそ汁(白玉麩)	おかゆ ささみと根菜の煮物 さつまいもの煮物 みそ汁(白菜)	おかゆ 大根のそぼろ煮 ブロッコリーのとろみ煮 みそ汁(白玉麩)	おかゆ 赤魚の野菜あんかけ 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁(さつまい)	ミートうどん かぼちゃと人参の旨煮 キャベツと玉ねぎのコンソメ煮	おかゆ 豚ひき肉と大根のクリーム煮 野菜の煮びたし みそ汁(玉ねぎ)
26日	27日	28日	29日	30日	31日	
おかゆ カレイの野菜あんかけ かぼちゃの含め煮 みそ汁(白玉麩)	おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 ほうれんそうの煮びたし みそ汁(白菜)	おかゆ 煮込みハンバーグ かぶの中華風煮 みそ汁(キャベツ)	おかゆ 赤魚の煮つけ じゃがいものクリーム煮 みそ汁(白玉麩)	おかゆ 鶏ささみのトマト煮 さつまいもとほうれん草の煮物 みそ汁(大根)	おかゆ 白菜のそぼろ煮 いんげんと人参の旨煮 みそ汁(玉ねぎ)	



新年あけましておめでとうございます



お正月は幸せをもたらす『年神様』をお迎えするおめでたい日のことをいいます。正月飾り(しめ飾りや門松など)を飾ったり、おせち料理を食べたりしてお祝いします。色とりどりのおせち料理は見るだけで気持ちが華やぎます。かずのこは「子孫繁栄」、たいは「めでたい」、こんぶは「よろこぶ」、黒豆は「まめに暮らせるように」など、それぞれの食材がもつ意味を知ること、子どもたちがよりおせち料理を身近に感じられることと思います。今年1年の幸せを願って、家族みんなでのおせち料理を味わってみてはいかがでしょうか。

