



離乳食献立表



日	月	火	水	木	金	土
						1日
						おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 かぼちゃの含め煮 みそ汁 (ほうれん草)
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
おかゆ 豚肉と野菜のコンソメ煮 豆腐のあんかけ みそ汁 (白玉麩)	おかゆ タラの野菜あんかけ 南瓜のそぼろあん みそ汁 (かぶ)	おかゆ 鶏ささみのトマト煮 キャベツのミルク煮 みそ汁 (じゃが芋)	おかゆ 豚肉の中華風煮 大根と人参の旨煮 みそ汁 (白玉麩)	おかゆ 赤魚の煮つけ 豆腐とブロッコリーのあんかけ みそ汁 (さつま芋)	野菜煮込みうどん かぼちゃのミルク煮 白菜のコンソメ煮	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)
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
おかゆ カレーと野菜のみそ煮 マカロニのケチャップ煮 コンソメスープ (キャベツ)	おかゆ 肉じゃが ほうれんそうの中華煮 みそ汁 (大根)	おかゆ 鶏団子と野菜のポトフ風 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ タラのトマト煮 かぼちゃのミルク煮 みそ汁 (白玉麩)	おかゆ ささみと野菜のあんかけ 豆腐といんげんの煮物 みそ汁 (白菜)	おかゆ 照り焼きハンバーグ キャベツのコンソメ煮 みそ汁 (さつま芋)	おかゆ 赤魚の野菜あんかけ 白菜の中華煮 みそ汁 (大根)
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
おかゆ 鶏の照り煮 人参といんげんのだし煮 みそ汁 (かぶ)	おかゆ 大根のそぼろ煮 ブロッコリーのコンソメ煮 みそ汁 (白玉麩)	おかゆ カレーのホワイトソース煮 野菜の煮びたし みそ汁 (キャベツ)	おかゆ ささみと根菜の煮物 豆腐のトマトあんかけ みそ汁 (さつま芋)	おかゆ 豚肉と野菜の和風煮 マカロニのコンソメ煮 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ タラの煮つけ さつまいものミルク煮 みそ汁 (白菜)	おかゆ 鶏団子のコンソメ煮 ほうれんそうの豆腐和え みそ汁 (キャベツ)
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
ミートうどん かぼちゃのミルク煮 人参のコンソメ煮	おかゆ 赤魚と野菜の味噌煮 キャベツのそぼろあん コンソメスープ (玉ねぎ)	おかゆ 豚肉の中華風煮 大根といんげんの旨煮 みそ汁 (白玉麩)	おかゆ 煮込みハンバーグ 高野豆腐の煮物 みそ汁 (かぶ)	おかゆ カレーの野菜あんかけ さつま芋とブロッコリーの煮物 みそ汁 (大根)	おかゆ ひき肉とキャベツのクリーム煮 かぶの中華風煮 みそ汁 (白菜)	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 (白玉麩)
30日	31日	<p>3月3日はひなまつりです</p> <p>ひなまつりは桃の節句とも呼ばれ、子どもたちの健やかな成長と幸せを願う日のことです。ひなまつりにはひな人形や菱餅を飾ったり、ちらしずしやひなあられなどを食べる習慣があります。菱餅の色にはそれぞれ桃色:『魔除け』 白色:『子孫繁栄』 緑色:『健康』という意味があり、子どもたちが健やかに長生きできるようにという願いが込められています。ご家庭でも行事の由来や食事に込められた意味などをお話しながら食べると楽しい食卓になりそうですね。</p>				
おかゆ タラの野菜あんかけ 白菜のそぼろあん みそ汁 (じゃが芋)	おかゆ 豚肉とじゃが芋の煮物 ブロッコリーのコンソメ煮 みそ汁 (ほうれん草)					

