



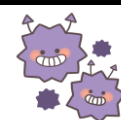
離乳食献立表



日 1日	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日
おかゆ 鶏団子と野菜のポトフ風 野菜の煮びたし みそ汁（ほうれん草）	おかゆ 赤魚の煮つけ さつまいもの煮物 みそ汁（白玉麴）	おかゆ 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのとりみ煮 みそ汁（かぼちゃ）	おかゆ 豚肉の中華風煮 かぶと人参の旨煮 みそ汁（じゃが芋）	おかゆ カレーの野菜あんかけ かぼちゃのミルク煮 みそ汁（白菜）	おかゆ 肉じゃが 白菜のコンソメ煮 みそ汁（大根）	おかゆ ささみと野菜のあんかけ マカロニのケチャップ煮 みそ汁（玉ねぎ）
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
おかゆ タラの煮つけ 豆腐のあんかけ みそ汁（さつま芋）	おかゆ ひき肉と野菜の和風あんかけ キャベツと麴の煮びたし みそ汁（かぶ）	ミートうどん かぼちゃのミルク煮 白菜のコンソメ煮	おかゆ 赤魚とかぶの煮物 キャベツの中華煮 みそ汁（白玉麴）	おかゆ 豆腐のそぼろあん いんげんと人参の旨煮 みそ汁（白菜）	おかゆ 豚肉と野菜のみそ煮 ほうれんそうの煮びたし コンソメスープ（大根）	おかゆ カレーの野菜あんかけ さつまいもの煮物 みそ汁（白玉麴）
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
おかゆ 鶏ささみのクリーム煮 豆腐のあんかけ みそ汁（キャベツ）	おかゆ 豚と野菜の煮物 キャベツと人参の煮びたし みそ汁（玉ねぎ）	おかゆ タラのトマト煮 じゃがいものそぼろあんかけ みそ汁（白玉麴）	おかゆ 鶏団子のコンソメ煮 キャベツのミルク煮 みそ汁（ほうれん草）	おかゆ 豚肉の中華風煮 かぶの甘辛煮 みそ汁（じゃが芋）	おかゆ 赤魚の野菜あんかけ さつまいもの煮物 みそ汁（白菜）	おかゆ 豆腐ハンバーグ 白菜のケチャップ煮 みそ汁（白玉麴）
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
おかゆ かぼちゃカレー風煮 キャベツと人参の煮びたし みそ汁（ほうれん草）	おかゆ カレーのホワイトソース煮 いんげんと人参の旨煮 みそ汁（白玉麴）	おかゆ ささみと野菜のあんかけ 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁（白菜）	おかゆ 豚肉と野菜のコンソメ煮 さつま芋といんげんの煮物 みそ汁（かぶ）	おかゆ タラと白菜の和風あんかけ キャベツのそぼろあん みそ汁（ほうれん草）	おかゆ 鶏と野菜の味噌あんかけ ブロッコリーのとりみ煮 コンソメスープ（玉ねぎ）	野菜煮込みうどん かぼちゃといんげんの旨煮 白菜のケチャップ煮
29日	30日					
おかゆ 赤魚のしょうゆ煮 豆腐のあんかけ みそ汁（じゃが芋）	おかゆ 鶏ささみとさつまいもの煮物 マカロニのコンソメ煮 みそ汁（白玉麴）					



食中毒に注意しましょう！



気温や湿度が高くなるこれからの時期は、細菌による食中毒に注意が必要です。

菌を繁殖させないためにも『つけない』『増やさない』『やっつける』の食中毒予防の三原則を守って、食中毒を予防しましょう。

【つけない】・・・こまめに手を洗い清潔な状態を保てるよう心がけましょう。菌を他の食材につけない為に生肉や生魚を触った後はしっかり手を洗うようにしましょう。

【ふやさない】・・・調理した料理は常温で長時間放置せず、なるべく早く食べて食べ切れないものは早めに冷蔵庫へ保存するよう心がけましょう。

