





1月 離乳食予定献立表

9～11ヵ月(後期・カミカミ期)		
日曜日	献立	主な食材
4木	パン粥 さけと野菜のミルクスープ	食パン さけ きゃべつ 玉ねぎ 粉ミルク
5金	しらす粥 豆腐の野菜あんかけ すりりんご	米 しらす 豆腐 人参 玉ねぎ さつまいも りんご
6土	5倍粥 肉じゃが 麦茶	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃがいも 麦茶
9火	5倍粥 ささみと野菜のトロトロ煮 すりりんご	米 鶏ささみ 人参 きゃべつ トマト りんご
10水	鮭粥 豆腐と野菜煮 バナナ	米 さけ 豆腐 大根 人参 バナナ
11木	ささみ入りミルクパン粥 人参とブロッコリーのスープ	食パン 鶏ささみ 粉ミルク 人参 ブロッコリー
12金	5倍粥 しらすと野菜のトロトロ煮 バナナ	米 しらす 人参 きゃべつ ほうれん草 バナナ
13土	5倍粥 クリームシチュー風 麦茶	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃがいも 粉ミルク 麦茶
15月	煮込みそうめん すりりんご	そうめん 麩 わかめ 人参 きゃべつ 玉ねぎ りんご
16火	5倍粥 ささみとトマト煮 マッシュポテト	米 鶏ささみ トマト 人参 じゃがいも
17水	鮭粥 野菜スープ すりりんご	米 さけ 豆腐 大根 人参 りんご
18木	パン粥 ささみとブロッコリー和え 人参ポタージュ	食パン 鶏ささみ ブロッコリー 人参 粉ミルク
19金	納豆粥 具沢山汁 バナナ	米 納豆 豆腐 人参 玉ねぎ きゃべつ じゃがいも バナナ
20土	5倍粥 肉じゃが 麦茶	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃがいも 麦茶
22月	具沢山そうめん すりりんご	そうめん 鶏肉 人参 ほうれん草 玉ねぎ じゃがいも りんご
23火	彩り粥 きゃべつとかぼちゃ煮 バナナ	米 鶏ささみ 人参 ほうれん草 きゃべつ かぼちゃ バナナ
24水	しらすと豆腐粥 野菜のトロトロ煮 すりりんご	米 しらす 豆腐 人参 さつまいも ブロッコリー りんご
25木	<誕生日会>五目粥 豆腐汁 マッシュポテト いちご	米 鶏ささみ 人参 大根 ほうれん草 わかめ 豆腐 ブロッコリー じゃがいも いちご
26金	5倍粥 鮭と野菜の煮 さつまいも煮	米 鮭 きゃべつ ほうれん草 さつまいも
27土	5倍粥 クリームシチュー風 麦茶	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃがいも 粉ミルク 麦茶
29月	煮込みそうめん すりりんご	そうめん 麩 わかめ 人参 きゃべつ 玉ねぎ りんご
30火	5倍粥 麩と豆腐の野菜煮 かぼちゃ煮	米 麩 豆腐 トマト 人参 玉ねぎ かぼちゃ
31水	しらすとわかめ粥 じゃがいもと人参煮 バナナ	米 しらす わかめ じゃがいも 人参 バナナ




<給食室から一言>


明けましておめでとうございます！今年一年も栄養を考えた給食作りを心かけていきますので、どうぞ宜しくお願いいたします！

★材料・その他の都合により、献立が変更になる場合もありますので、ご了承下さい。
 ★食べ物によるアレルギー症状や体質的に留意が必要な場合は、医師の所見等を添えて、詳細にお知らせ下さい。アレルギー食材除去食・対応食をご用意いたします。

