



日 曜日	献立	主な食材
1月	冷しうどん すいか	うどん・ハム・きゅうり・卵・ミニトマト・もやし すいか
2火	玉子焼き キャベツのスープ煮 ポテトサラダ 味噌汁 バナナ	卵・キャベツ・じゃがいも・人参・きゅうり 玉ねぎ・豆腐・バナナ
3水	煮魚 大根煮 かぼちゃ煮 味噌汁 オレンジ	白身魚・大根・かぼちゃ 白菜・しめじ・オレンジ
4木	<七夕集会>そうめん 鶏肉の柔らか煮 サラダ ミニトマト メロン	そうめん・鶏肉・玉ねぎ・レタス・きゅうり ミニトマト・メロン
5金	じゃがいもおやき トマト ホイコーロー風 味噌汁 バナナ	じゃがいも・トマト・キャベツ・豚肉 もやし・バナナ
6土	親子丼 野菜サラダ 果汁	鶏肉・玉ねぎ レタス・きゅうり・トマト・果汁
8月	ちゃんぽん風スープ さつま芋マッシュ ミニトマト オレンジ	キャベツ・人参・豚肉・もやし・さつま芋 ミニトマト・オレンジ
9火	ピラフ チキンバーグ ブロッコリー マッシュポテト スープ メロン	チキンバーグ・キャベツ・人参・ブロッコリー じゃがいも メロン
10水	白身魚のムニエル わかめの和え物 千切大根煮物 味噌汁 バナナ	白身魚・わかめ・きゅうり・大根 人参・豆腐・バナナ
11木	ミートボール マカロニ煮 温野菜サラダ 味噌汁 みかん	ミートボール・マカロニ・ブロッコリー 人参・ほうれん草・みかん
12金	豚汁 マカロニ煮 納豆 バナナ	キャベツ・豚肉・人参・じゃがいも・玉ねぎ 豆腐・マカロニ・納豆・バナナ
13土	肉じゃが サラダ 果汁	じゃがいも・人参・玉ねぎ・牛肉 レタス・きゅうり・トマト・果汁
16火	野菜の卵とじ かぶの煮物 かぼちゃ煮 味噌汁 オレンジ	人参・玉ねぎ・かぶ・かぼちゃ 豆腐・オレンジ
17水	煮魚 じゃがいもソテー 小松菜お浸し 味噌汁 すいか	鮭・じゃがいも・小松菜 わかめ・玉ねぎ・すいか
18木	オムライス ブロッコリー マッシュポテト 果汁 オレンジ	卵・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・さつま芋 果汁・オレンジ
19金	マーボー豆腐風 キャベツ煮 スパ煮 味噌汁 バナナ	豆腐・ひき肉・キャベツ・スパゲティー 大根・バナナ
20土	肉豆腐 サラダ 果汁	豚肉・豆腐・玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり トマト・卵・果汁
22月	野菜煮こみうどん オレンジ	うどん・わかめ・ほうれん草・大根・人参 鶏肉・卵・オレンジ
23火	豚丼 もやしナムル トマト 味噌汁 すいか	豚肉・玉ねぎ・もやし・トマト 豆腐・すいか
24水	魚の野菜あんかけ ほうれん草の和え物 人参煮 味噌汁 バナナ	白身魚・人参・玉ねぎ・ほうれん草 キャベツ・バナナ
25木	スパゲティー 大根サラダ いら卵 スープ オレンジ	スパゲティー・大根・人参・きゅうり わかめ・麩・オレンジ
26金	焼売 野菜炒め 納豆 さつま芋煮 味噌汁 果物	焼売・キャベツ・もやし・人参・納豆 さつま芋・卵・玉ねぎ・すいか
27土	冷しうどん オレンジ	うどん・わかめ・ほうれん草・大根・人参・卵 オレンジ
29月	春雨野菜スープ ポテトサラダ メロン	白菜・人参・鶏肉・玉ねぎ・麩・ほうれん草 じゃがいも・人参・メロン
30火	酢豚風 ブロッコリーのツナ和え 味噌汁 みかん缶	人参・玉ねぎ・チキンボール・ほうれん草 ブロッコリー・豆腐・みかん缶
31水	焼き魚 人参煮 白菜の和え物 豚汁風味噌汁 バナナ	鮭・人参煮・白菜 玉ねぎ・豚肉・バナナ

◎米飯は離乳食の進みと月齢に合わせておかゆ、軟飯、ごはんのいずれかでお出しています。

◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

離乳食用食器の選び方

赤ちゃんが使うスプーンは、柄が握りやすく、くぼみが浅いものを選びます。
フォークは、溝が深めのほうが食べ物を刺しやすく、麺類もからめやすいでしょう。お皿は、縁が直角に立ち上がっているほうが、食べ物が簡単にすくえます。



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すぐにお知らせください。

食材除去食、対応食を用意します。

アレルギーの場合は医師の所見等も添えて詳細にお知らせください。