



★★なかよし給食センター12月離乳食献立表★★



| 曜日 | 初期 | 中期 | 後期 |
|------|--------------------------|---|---|
| 1 日 | | | |
| 2 月 | ・10倍粥 ・ほうれん草のペースト | ・7倍粥・きゅうりのスープ ・白身魚とほうれん草の煮物 ・茹で南瓜の煮物 | ・軟飯・きゅうりスープ ・白身魚とほうれん草の煮物 ・茹で南瓜の煮物 |
| 3 火 | ・10倍粥 ・かぼちゃと豆腐のペースト | ・しらす入り7倍粥 ・じゃが ・南瓜と豆腐の煮物 いもの ・青菜のトマト煮 スープ | ・しらす入り軟飯(アチピー) ・かぼちゃと豆腐の煮物 ・青菜のトマト煮・じゃが芋みそ汁 |
| 4 水 | ・10倍粥 ・人参とキャベツのペースト | ・7倍粥 ・ささみのトマト煮 ・キャベツのスープ | ・軟飯・キャベツのみそ汁 ・鶏レバーのトマト煮 ・コロコロサツマイモ |
| 5 木 | ・10倍粥 ・ほうれん草のペースト | ・7倍粥 ・豆腐と玉ねぎの煮物 ・大根スープ | ・軟飯・大根のみそ汁 ・豆腐と豚肉の煮物 ・ブロッコリーのおひたし |
| 6 金 | ・10倍粥 ・トマトと大根のペースト | ・7倍粥 ・白身魚とレタスの煮物 ・じゃがいものスープ | ・軟飯・じゃがいものスープ ・お魚の野菜あんかけ ・スティック人参 |
| 7 土 | ・10倍粥 ・ブロッコリーのペースト | ・7倍粥 ・キャベツのスープ ・豆腐のしらすあんかけ ・ブロッコリーのくたくた煮 | ・軟飯・キャベツのスープ ・麻婆豆腐 ・ブロッコリーのおひたし |
| 8 日 | | | |
| 9 月 | ・10倍粥 ・玉ねぎと人参のペースト | ・7倍粥 ・ささみと野菜の煮物 ・豆腐のスープ | ・軟飯(アチピー) ・レバー入り肉団子の野菜あん ・豆腐とほうれん草のみそ汁 |
| 10 火 | ・10倍粥 ・人参とトマトのペースト | ・7倍粥・じゃがいもスープ ・白身魚と野菜のトマト煮 ・人参煮 | ・軟飯・じゃがいもスープ ・お魚と野菜のトマト煮 ・人参煮 |
| 11 水 | ・10倍粥 ・キャベツと人参のペースト | ・7倍芋粥 ・ささみと野菜の煮物 ・豆腐のスープ | ・軟飯・豆腐のみそ汁 ・野菜炒め煮 ・コロコロサツマイモ |
| 12 木 | ・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト | ・7倍粥 ・コーンスープ ・白身魚の煮物 ・人参とブロッコリーの煮物 | ・軟飯(アチピー) ・魚のみそ煮 ・コーンスープ ・人参とブロッコリーの煮物 |
| 13 金 | ・10倍粥 ・白菜と人参のペースト | ・7倍粥 ・ささみと野菜のシチュー ・コロコロサツマイモ | ・軟飯(アチピー) ・ささみと野菜のシチュー ・コロコロサツマイモ |
| 14 土 | ・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト | ・7倍粥 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・野菜スープ | ・軟飯・野菜のみそ汁 ・お魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮 |
| 15 日 | | | |

| 曜日 | 初期 | 中期 | 後期 |
|------|--------------------------|--|---|
| 16 月 | ・10倍粥 ・かぼちゃのペースト | ・7倍粥 ・ささみとかぼちゃのミルク煮 ・野菜スープ | ・軟飯(アチピー)・野菜スープ ・レバーとかぼちゃの煮物 ・ブロッコリーのおひたし |
| 17 火 | ・10倍粥 ・人参とキャベツのペースト | ・芋入り7倍粥 ・豆腐と野菜の煮物 ・キャベツのスープ | ・芋入軟飯・キャベツの味噌汁 ・豆腐と鶏ひき肉の煮物 ・ほうれん草のおひたし |
| 18 水 | ・10倍粥 ・トマトとほうれん草のペースト | ・野菜とささみのおじや ・キャベツ煮 ・豆腐のスープ | ・野菜とささみのおじや ・キャベツ煮 ・豆腐のみそ汁 |
| 19 木 | ・10倍粥 ・かぼちゃと豆腐のペースト | ・7倍粥 ・スープ ・豆腐と白身魚の煮物 ・キャベツと人参の煮物 | ・軟飯(アチピー)・スープ ・豆腐と魚のみそ煮 ・キャベツと人参の煮物 |
| 20 金 | ・10倍粥 ・キャベツとトマトのペースト | ・7倍粥 ・ささみ入りトマトスープ ・かぼちゃの煮つぶし | ・軟飯(アチピー) ・ささみ入りトマトスープ ・かぼちゃソテー |
| 21 土 | ・10倍粥 ・ほうれん草と玉ねぎのペースト | ・7倍粥・人参のスープ ・豆腐のそぼろ煮 ・ほうれん草のやわらか煮 | ・ほうれん草の煮びたし ・豆腐のそぼろ煮・軟飯(アチピー) ・人参とわかめのみそ汁 |
| 22 日 | | | |
| 23 月 | ・10倍粥 ・人参とブロッコリーのペースト | ・7倍粥 ・ささみとブロッコリーの煮物 ・野菜スープ | ・軟飯(アチピー) ・ささみとブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮 ・野菜のみそ汁 |
| 24 火 | ・10倍粥 ・かぼちゃのペースト | ・7倍粥・キャベツスープ ・白身魚と大根の煮物 ・かぼちゃのマッシュ | ・軟飯(アチピー)・魚の味噌煮 ・かぼちゃと大根の煮物 ・キャベツスープ |
| 25 水 | ・10倍粥 ・人参と玉ねぎのペースト | ・7倍粥 ・豆腐のトマト煮 ・かぼちゃのスープ | ・軟飯・かぼちゃのみそ汁 ・豆腐のトマト煮 ・スティック人参 |
| 26 木 | ・10倍粥 ・人参のペースト | ・7倍粥 ・ささみと野菜の煮物 ・キャベツ煮・大根スープ | ・軟飯(アチピー) ・ささみと野菜の煮物 ・キャベツ煮・大根スープ |
| 27 金 | ・10倍粥 ・かぼちゃのペースト | ・7倍粥・きゅうりのスープ ・白身魚とほうれん草の煮物 ・茹でかぼちゃの煮物 | ・軟飯・きゅうりのスープ ・白身魚とほうれん草の煮物 ・茹でかぼちゃの煮物 |
| 28 土 | ・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト | ・ささみと野菜のおじや ・豆腐とブロッコリーの煮物 | ・ささみと野菜のおじや ・豆腐とブロッコリーの煮物 |
| 29 日 | | | |
| 30 月 | | | |
| 31 火 | | | |

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。