# ★★なかよし給食センター1月離乳食献立表★★

| 曜日 | | 初期 | 中期 | 後期 |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 木 | | | |
| 2 | 金 | | | |
| 3 | 土 | | | |
| 4 | 日 | | | |
| 5 | 月 | ・１０倍粥<br>・玉ねぎと人参のペースト | ・７倍粥<br>・ささみと野菜の煮物<br>・豆腐のスープ | ・軟飯（アチビー）<br>・レバー入り肉団子の野菜あん<br>・豆腐とほうれん草のみそ汁 |
| 6 | 火 | ・１０倍粥<br>・人参とトマトのペースト | ・７倍粥・じゃがいもスープ<br>・白身魚と野菜のトマト煮<br>・人参煮 | ・軟飯・じゃがいもスープ<br>・お魚と野菜のトマト煮<br>・人参煮 |
| 7 | 水 | ・１０倍粥<br>・キャベツと人参のペースト | ・７倍芋粥<br>・ささみと野菜の煮物<br>・豆腐のスープ | ・軟飯・豆腐のみそ汁<br>・野菜炒め煮<br>・コロコロサツマイモ |
| 8 | 木 | ・１０倍粥<br>・ブロッコリーと人参のペースト | ・７倍粥　・コーンスープ<br>・白身魚の煮物<br>・人参とブロッコリーの煮物 | ・軟飯（アチビー）<br>・魚のみそ煮　・コーンスープ<br>・人参とブロッコリーの煮物 |
| 9 | 金 | ・１０倍粥<br>・白菜と人参のペースト | ・７倍粥<br>・ささみと野菜のシチュー<br>・コロコロサツマイモ | ・軟飯（アチビー）<br>・ささみと野菜のシチュー<br>・コロコロサツマイモ |
| 10 | 土 | ・１０倍粥<br>・ブロッコリーと人参のペースト | ・７倍粥<br>・白身魚とブロッコリーの煮物<br>・野菜スープ | ・軟飯・野菜のみそ汁<br>・お魚とブロッコリーの煮物<br>・キャベツ煮 |
| 11 | 日 | | | |
| 12 | 月 | 成人の日 | | |
| 13 | 火 | ・１０倍粥<br>・人参とキャベツのペースト | ・芋入り７倍粥<br>・豆腐と野菜の煮物<br>・キャベツのスープ | ・芋入軟飯・キャベツの味噌汁<br>・豆腐と鶏ひき肉の煮物<br>・ほうれん草のおひたし |
| 14 | 水 | ・１０倍粥<br>・トマトとほうれん草のペースト | ・野菜とささみのおじや<br>・キャベツ煮<br>・豆腐のスープ | ・野菜とささみのおじや<br>・キャベツ煮<br>・豆腐のみそ汁 |
| 15 | 木 | ・１０倍粥<br>・かぼちゃと豆腐のペースト | ・7倍粥　　・スープ<br>・豆腐と白身魚の煮物<br>・キャベツと人参の煮物 | ・軟飯（アチビ）・スープ<br>・豆腐と魚のみそ煮<br>・キャベツと人参の煮物 |

| 曜日 | | 初期 | 中期 | 後期 |
|---|---|---|---|---|
| 16 | 金 | ・１０倍粥<br>・キャベツとトマトのペースト | ・7倍粥<br>・ささみ入りトマトスープ<br>・かぼちゃの煮つぶし | ・軟飯（アチビー）<br>・ささみ入りトマトスープ<br>・かぼちゃソテー |
| 17 | 土 | ・１０倍粥<br>・ほうれん草と玉ねぎのペースト | ・７倍粥・人参のスープ<br>・豆腐のそぼろ煮<br>・ほうれん草のやわらか煮 | ・ほうれん草の煮びたし<br>・豆腐のそぼろ煮・軟飯(ｱﾁﾋﾞ)<br>・人参とわかめのみそ汁 |
| 18 | 日 | | | |
| 19 | 月 | ・１０倍粥<br>・人参とブロッコリーのペースト | ・７倍粥<br>・ささみとブロッコリーの煮物<br>・野菜スープ | ・軟飯（アチビー）<br>・ささみとブロッコリーの煮物<br>・キャベツ煮　・野菜のみそ汁 |
| 20 | 火 | ・１０倍粥<br>・かぼちゃのペースト | ・７倍粥・キャベツスープ<br>・白身魚と大根の煮物<br>・かぼちゃのマッシュ | ・軟飯（アチビ）・魚の味噌煮<br>・かぼちゃと大根の煮物<br>・キャベツスープ |
| 21 | 水 | ・１０倍粥<br>・人参と玉ねぎのペースト | ・７倍粥<br>・豆腐のトマト煮<br>・かぼちゃのスープ | ・軟飯・かぼちゃのみそ汁<br>・豆腐のトマト煮<br>・スティック人参 |
| 22 | 木 | ・１０倍粥<br>・人参のペースト | ・７倍粥<br>・ささみと野菜の煮物<br>・キャベツ煮・大根スープ | ・軟飯（アチビー）<br>・ささみと野菜の煮物<br>・キャベツ煮・大根スープ |
| 23 | 金 | ・１０倍粥<br>・かぼちゃのペースト | ・７倍粥・きゅうりのスープ<br>・白身魚とほうれん草の煮物<br>・茹でかぼちゃの煮物 | ・軟飯・きゅうりのスープ<br>・白身魚とほうれん草の煮物<br>・茹でかぼちゃの煮物 |
| 24 | 土 | ・１０倍粥<br>・ブロッコリーと人参のペースト | ・ささみと野菜のおじや<br>・豆腐とブロッコリーの煮物 | ・ささみと野菜のおじや<br>・豆腐とブロッコリーの煮物 |
| 25 | 日 | | | |
| 26 | 月 | ・１０倍粥<br>・ブロッコリーのペースト | ・７倍粥<br>・白身魚とブロッコリーの煮物<br>・野菜のスープ | ・軟飯（アチビー）<br>・お魚とブロッコリーの煮物<br>・キャベツ煮・野菜のみそ汁 |
| 27 | 火 | ・１０倍粥<br>・キャベツと人参のペースト | ・７倍芋粥<br>・ささみと野菜の煮物<br>・豆腐のスープ | ・軟飯（アチビー）<br>・野菜炒め煮　・豆腐のみそ汁<br>・コロコロサツマイモ |
| 28 | 水 | ・１０倍粥<br>・人参とトマトのペースト | ・7倍粥・じゃがいものスープ<br>・白身魚と野菜のトマト煮<br>・人参煮 | ・軟飯（アチビー）<br>・お魚と野菜のトマト煮<br>・人参煮・じゃがいものスープ |
| 29 | 木 | ・１０倍粥<br>・かぼちゃのペースト | ・７倍粥<br>・ささみとかぼちゃのミルク煮<br>・野菜スープ | ・軟飯（アチビ）・野菜スープ<br>・レバーとかぼちゃの煮物<br>・ブロッコリーのおひたし |
| 30 | 金 | ・１０倍粥<br>・人参とキャベツのペースト | ・しらす入り７倍粥<br>・豆腐と玉ねぎの煮物<br>・キャベツのスープ | ・軟飯・キャベツのみそ汁<br>・豆腐と豚肉の煮物<br>・ほうれん草のおひたし |
| 31 | 土 | ・１０倍粥<br>・ほうれん草と玉ねぎのペースト | ・７倍粥・人参のスープ<br>・豆腐のそぼろ煮<br>・ほうれん草のやわらか煮 | ・ほうれん草の煮びたし<br>・豆腐のそぼろ煮・軟飯(ｱﾁﾋﾞ)<br>・人参とわかめのみそ汁 |

※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。予めご了承願います。