

離乳食献立表

2017年

9月



菊名愛児園
園長 金田みどり

| 目安 | | 9～11か月頃 (カミカミ期) | 主な材料 |
|----|---|-----------------------------|--------------------------------|
| 1 | 金 | おかゆ 味噌汁 鶏肉の薄くず煮 キャベツの和え物 | 米 鶏ささみ挽肉 玉ねぎ ブロッコリー 人参 キャベツ |
| 2 | 土 | 五目雑炊 野菜スープ | 米 しらす 人参 キャベツ ほうれん草 |
| 4 | 月 | おかゆ 野菜スープ 豆腐と野菜の煮物 しらす和え | 米 豆腐 長ねぎ 人参 ブロッコリー しらす キャベツ 胡瓜 |
| 5 | 火 | おかゆ 味噌汁 高野豆腐の煮物 胡瓜スティック | 米 高野豆腐 さつま芋 玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜 |
| 6 | 水 | おかゆ 野菜スープ 鶏肉の薄くず煮 キャベツのお浸し | 米 鶏ささみ挽肉 人参 ブロッコリー 玉ねぎ 胡瓜 キャベツ |
| 7 | 木 | おかゆ 味噌汁 カレイの薄くず煮 南瓜煮 | 米 カレイ 人参 玉ねぎ キャベツ ほうれん草 南瓜 |
| 8 | 金 | おかゆ 野菜スープ 大豆の薄くず煮 さつま芋スティック | 米 大豆水煮 玉ねぎ 人参 ほうれん草 さつま芋 |
| 9 | 土 | 五目雑炊 野菜スープ | 米 鶏ささみ挽肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 |
| 11 | 月 | おかゆ 味噌汁 高野豆腐の薄くず煮 大根煮 | 米 小松菜 高野豆腐 人参 キャベツ ブロッコリー 大根 |
| 12 | 火 | おかゆ 野菜スープ カレイの薄くず煮 胡瓜スティック | 米 カレイ 人参 ほうれん草 胡瓜 |
| 13 | 水 | 五目そうめん 野菜スープ さつま芋スティック | 米 鶏ささみ挽肉 キャベツ 人参 ブロッコリー さつま芋 |
| 14 | 木 | おかゆ 野菜スープ 大豆のトマト煮 キャベツのお浸し | 米 大豆 人参 玉ねぎ トマト じゃが芋 大根 |
| 15 | 金 | おかゆ 味噌汁 豆腐の薄くず煮 小松菜の和え物 | 米 豆腐 キャベツ 大根 人参 小松菜 |
| 16 | 土 | 五目雑炊 野菜スープ | 米 高野豆腐 人参 玉ねぎ さつま芋 大根 キャベツ |

◎都合により変更することがありますのでご了承ください

担当: 稲積