



離乳食献立



日	月	火	水	木	金	土
			1日	2日	3日	4日
			野菜煮込みうどん さつまいものミルク煮 豆腐のあんかけ	おかゆ かぼちゃカレー風煮 野菜の煮びたし みそ汁	おかゆ タラの野菜あんかけ じゃがいもの甘辛煮 みそ汁	おかゆ 煮込みハンバーグ 白菜のコンソメ煮 みそ汁
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 かぶのあんかけ みそ汁	おかゆ カレーの煮つけ マカロニのケチャップ煮 みそ汁	おかゆ 肉じゃが ほうれんそうの煮びたし みそ汁	おかゆ 豆腐のそぼろあん さつまいものマッシュ風 みそ汁	おかゆ 鶏ひき肉のコンソメ煮 かぶのあんかけ みそ汁	ミートうどん さつまいもの甘煮 豆腐のあんかけ	おかゆ タラの野菜あんかけ じゃがいものクリーム煮 みそ汁
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
おかゆ 照り焼きハンバーグ 白菜のコンソメ煮 みそ汁	おかゆ 鶏と野菜の煮物 ほうれんそうの煮びたし みそ汁	おかゆ 赤魚の野菜あんかけ かぼちゃの含め煮 みそ汁	おかゆ 豆腐ハンバーグ キャベツのミルク煮 みそ汁	おかゆ 鶏肉のトマト煮 白菜のコンソメ煮 みそ汁	おかゆ タラの野菜あんかけ じゃがいものそぼろあんかけ みそ汁	おかゆ 豚肉の中華風煮 かぶのあんかけ みそ汁
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
おかゆ カレーの煮つけ 南瓜のそぼろあん みそ汁	おかゆ 豚ひき肉の野菜あん ほうれんそうの煮びたし みそ汁	ミートうどん さつまいものマッシュ風 豆腐のあんかけ	おかゆ 赤魚の煮つけ キャベツのそぼろあん みそ汁	おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 ほうれんそうの豆腐和え みそ汁	おかゆ かぼちゃカレー風煮 ブロッコリーのとろみ煮 みそ汁	おかゆ 鶏団子のコンソメ煮 マカロニのケチャップ煮 みそ汁
26日	27日	28日	29日	30日		
おかゆ 鶏の甘辛煮 かぶの煮物 みそ汁	おかゆ タラのトマト煮 じゃがいものマッシュ風 みそ汁	おかゆ 肉団子と野菜のコンソメ煮 豆腐のあんかけ みそ汁	おかゆ 煮込みハンバーグ 人参のコンソメ煮 みそ汁	おかゆ カレーのホワイトソース煮 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁		

6月4日～10日は歯と口の健康週間！ ☆噛むことで起こるいいこと8つ!! ひみこのはがいで☆

ひ...肥満予防 み...味覚の発達 こ...言葉の発音がはっきり の...脳の発達

は...歯の病気予防 が...がん予防 いー...胃腸快調 ぜ...全力投

