



離乳食献立



日	月	火	水	木	金	土 1日
						おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 じゃがいものうま煮 みそ汁
2日 おかゆ タラの野菜あんかけ 南瓜のそぼろあん みそ汁	3日 おかゆ 豚ひき肉の野菜あん かぶの甘辛煮 みそ汁	4日 おかゆ 赤魚の煮つけ キャベツのそぼろあん みそ汁	5日 おかゆ 鶏の甘辛煮 じゃがいもの含め煮 みそ汁	6日 おかゆ 鶏団子のコンソメ煮 キャベツとにんじんの煮びたし みそ汁	7日 おかゆ 照り焼きハンバーグ さつまいものミルク煮 みそ汁	8日 おかゆ 豆腐のそぼろあん ほうれんそうの煮びたし みそ汁
9日 おかゆ 豚肉の中華風煮 ブロッコリーのとりみ煮 みそ汁	10日 おかゆ かぼちゃカレー風煮 白菜のコンソメ煮 みそ汁	11日 おかゆ 肉じゃが マカロニのケチャップ煮 みそ汁	12日 おかゆ 鶏と野菜の煮物 キャベツとにんじんの煮びたし みそ汁	13日 おかゆ タラのホワイトソース煮 さつまいもの甘煮 みそ汁	14日 おかゆ 豆腐ハンバーグ かぼちゃの含め煮 みそ汁	15日 おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 野菜の煮びたし みそ汁
16日 おかゆ 豚ひき肉の野菜あん 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁	17日 野菜煮込みうどん さつまいもの甘煮 白菜のコンソメ煮 みそ汁	18日 おかゆ 鶏肉のトマト煮 キャベツのミルク煮 みそ汁	19日 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	20日 おかゆ 鶏団子のコンソメ煮 ほうれんそうの豆腐和え みそ汁	21日 おかゆ カレイの野菜あんかけ 白菜の中華煮 みそ汁	22日 おかゆ かぼちゃカレー風煮 豆腐のトマトあんかけ みそ汁
23日 おかゆ 豚肉の中華風煮 ほうれんそうの煮びたし みそ汁	24日 おかゆ 豆腐のそぼろあん 白菜のコンソメ煮 みそ汁	25日 おかゆ 赤魚の野菜あんかけ 南瓜のそぼろあん みそ汁	26日 ミートうどん キャベツとにんじんの煮びたし さつまいものミルク煮	27日 おかゆ 肉じゃが 豆腐のあんかけ みそ汁	28日 おかゆ カレイのホワイトソース煮 ほうれんそうの煮びたし みそ汁	29日 おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 じゃがいもの甘辛煮 みそ汁
30日 おかゆ タラの野菜あんかけ 南瓜のそぼろあん みそ汁	31日 おかゆ 豚肉の中華風煮 キャベツのミルク煮 みそ汁	<h2>食欲の秋 </h2> <p>秋は実りの季節です。お米、いも類、果物、きのこなど秋にはおいしい食材がたくさん。旬の食材には栄養も豊富です。暑さも和らぎ、食欲も増してきます。秋の味覚を満喫して元気いっぱい過ごしてもらいたいですね。</p>				



