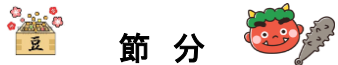




離乳食献立



日	月	火	水 1日	木 2日	金 3日	土 4日
			おかゆ タラのホワイトソース煮 大根と人参の旨煮 みそ汁	おかゆ 豚肉と白菜の煮物 ブロッコリーのとろみ煮 みそ汁	おかゆ 鶏と野菜の味噌煮 かぶのあんかけ 野菜スープ	おかゆ 肉じゃが マカロニのケチャップ煮 みそ汁
5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	6日 おかゆ カレーと野菜の味噌煮 かぼちゃの含め煮 コンソメスープ	7日 おかゆ 鶏団子と野菜のあんかけ 大根と人参の旨煮 みそ汁	8日 おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 野菜の煮びたし みそ汁	9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	10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	11日 おかゆ 鶏肉のトマト煮 キャベツのミルク煮 みそ汁
12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	13日 おかゆ 鶏ひき肉のコンソメ煮 ほうれんそうの豆腐和え みそ汁	14日 おかゆ カレーの野菜あんかけ 白菜の中華煮 みそ汁	15日 おかゆ 鶏ささみとさつまいもの煮物 キャベツのミルク煮 みそ汁	16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	17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	18日 おかゆ 赤魚の野菜あんかけ 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁
19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	20日 おかゆ 肉じゃが 豆腐のあんかけ みそ汁	21日 おかゆ カレーのホワイトソース煮 大根と人参の旨煮 みそ汁	22日 おかゆ 豚肉の中華風煮 キャベツとにんじんの煮びたし みそ汁	23日 おかゆ タラの野菜あんかけ かぼちゃの含め煮 みそ汁	24日 おかゆ 豚ひき肉の野菜あん かぶの甘辛煮 みそ汁	25日 おかゆ 赤魚の煮つけ 豆腐のあんかけ みそ汁
26日 おかゆ 鶏の甘辛煮 じゃがいものうま煮 みそ汁	27日 おかゆ カレーの煮つけ さつまいものミルク煮 みそ汁	28日 おかゆ ささみと野菜のあんかけ 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁				



2月3日は節分です。節分は、「みんなが健康で幸せに過ごせますように」という願いを込めて悪いものを追い出す日です。悪いものを鬼にみたてて、「鬼は外、福はうち」と言って豆まきをします。

豆まきの豆には、たくさんの栄養が含まれているので鬼を追い出すパワーがたくさんつまっていると考えられているそうです。

2月4日は立春です。春を迎え、一年間元気に過ごせますようにと願って豆まきをしましょう。



