



# 離乳食献立表



日	月	火	水	木	金 1日	土 2日
					おかゆ 白身魚のホワイトソース煮 野菜の中華煮 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 人参と玉ねぎの旨煮 みそ汁 (ほうれん草)
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
おかゆ 豚肉と野菜のコンソメ煮 豆腐のあんかけ みそ汁 (白玉麩)	おかゆ タラの野菜あんかけ 南瓜のそぼろあん みそ汁 (かぶ)	おかゆ 鶏ささみのトマト煮 キャベツのミルク煮 みそ汁 (じゃが芋)	おかゆ 豚肉の中華風煮 大根と人参の旨煮 みそ汁 (白玉麩)	おかゆ 赤魚の煮つけ 豆腐とブロッコリーのあんかけ みそ汁 (キャベツ)	野菜煮込みうどん さつまいもの煮物 白菜のコンソメ煮	卒園式
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
おかゆ カレーと野菜のみそ煮 マカロニのケチャップ煮 コンソメ <sup>o</sup> (キャベツ・人参)	おかゆ 肉じゃが ほうれんそうの煮びたし みそ汁 (大根)	おかゆ 鶏団子と野菜のポトフ風 かぶの甘辛煮 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ タラのトマト煮 かぼちゃの含め煮 みそ汁 (白玉麩)	おかゆ ささみと野菜のあんかけ 豆腐といんげんの煮物 みそ汁 (白菜)	おかゆ 照り焼きハンバーグ キャベツのコンソメ煮 みそ汁 (さつまい)	おかゆ 赤魚の野菜あんかけ 白菜の中華煮 みそ汁 (大根)
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
おかゆ 鶏の照り煮 人参といんげんのだし煮 みそ汁 (かぶ)	おかゆ 大根のそぼろ煮 ブロッコリーのコンソメ煮 みそ汁 (白玉麩)	おかゆ カレーのホワイトソース煮 野菜の煮びたし みそ汁 (キャベツ)	おかゆ ささみと根菜のあんかけ 豆腐のトマトあんかけ みそ汁 (白玉麩)	おかゆ 豚肉と野菜の和風煮 マカロニのケチャップ煮 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ タラの煮つけ さつまいものミルク煮 みそ汁 (白菜)	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 (キャベツ)
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
ミートうどん かぼちゃのミルク煮 人参のコンソメ煮	おかゆ 赤魚と野菜の味噌煮 キャベツのそぼろあん コンソメ <sup>o</sup> (タマネギ・人参)	おかゆ 豚肉の中華風煮 大根といんげんの旨煮 みそ汁 (白玉麩)	おかゆ 煮込みハンバーグ ほうれんそうの煮びたし みそ汁 (かぶ)	おかゆ カレーの野菜あんかけ さつまいもとブロッコリーの煮物 みそ汁 (大根)	おかゆ 鶏ひき肉とキャベツのクリーム煮 かぶの中華風煮 みそ汁 (白菜)	おかゆ 鶏ささみとさつまいもの煮物 マカロニのケチャップ煮 みそ汁 (白玉麩)
31日	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <span>3月3日はひな祭りです</span> </div> <p>3月3日のひな祭りは「桃の節句」とも言われ、女の子の健やかな成長や末永い幸せを祈ってお祝いをする日です。ひな祭りにちらし寿司やひなあられを食べてお祝いするご家庭も多いのではないのでしょうか。ちらし寿司のエビには「長生き」、れんこんは「見通しがきく」、豆には「健康でまめに働ける」という縁起の良い意味があります。また、ひなあられは「桃・緑・黄・白」の4色があり四季を意味していて、1年を通して娘の幸せを祈るという意味が込められています。ひな祭りの由来をお子さんとお話ししながら食べると楽しいかもしれませんね。</p> <div style="display: flex; justify-content: flex-end; margin-top: 10px;"> </div>					

おかゆ タラの野菜あんかけ 白菜のそぼろあん みそ汁 (じゃが芋)
--