

日	曜	献立名(材料名)	おやつ(材料名)
3	月	おかゆ スープ(キャベツ) 野菜スティック(人参) オレンジ 豚肉のトマト煮(鶏挽肉) 水菜とじゃこのサラダ(水菜・しらす・人参)	パン粥 (さつま芋)
4	火	おかゆ 味噌汁(長葱) 野菜スティック(人参) オレンジ 鯖の照り煮 野菜ソテー(人参・キャベツ・玉葱)	パセリ粥
5	水	スープ(白菜) 野菜スティック(胡瓜) バナナ 煮込みうどん(うどん・豚挽肉・人参・キャベツ)	手作りゼリー (アガー・りんごジュース)
6	木	おかゆ 清まし汁(かぶ) 野菜スティック(人参) オレンジ 鶏肉の風味煮(鶏挽肉) ほうれん草のお浸し(ほうれん草・人参)	☆赤ちゃんせんべい
7	金	おかゆ 野菜スティック(胡瓜) バナナ 七タシチュー(鶏挽肉・人参・玉葱・じゃが芋) 胡瓜の酢の物	にゅうめん
10	月	おかゆ スープ(玉葱) 野菜スティック(胡瓜) バナナ 鶏肉の照り煮(鶏挽肉) フレンチサラダ(キャベツ・胡瓜)	パン粥 (南瓜)
11	火	おかゆ 清まし汁(万能葱) 野菜スティック(胡瓜) オレンジ 白身魚の洋風煮(からすがれい・パセリ) 大根のごま和え(大根・胡瓜)	パセリ粥
12	水	スープ(玉葱) 野菜スティック(人参) バナナ ミートソーススパゲティ(スパゲティ・人参・玉葱・パセリ)	手作りゼリー (アガー・オレンジジュース)
13	木	おかゆ 味噌汁(長葱) 野菜スティック(人参) オレンジ 白身魚の味噌煮(からすがれい) 磯和え(ほうれん草・キャベツ・のり)	のり粥
14	金	おかゆ 清まし汁(わかめ) 野菜スティック(ブロッコリー) バナナ 中華丼(豚挽肉・人参・玉葱・白菜)	ブロッコリー粥
17	月	海 の 日	
18	火	おかゆ 清まし汁(豆腐) オレンジ 鮭のトロ煮(鮭) 茄子とピーマンの味噌煮(豚挽肉・茄子・赤ピーマン・黄ピーマン)	わかめ粥
19	水	清まし汁(わかめ) 野菜スティック(人参) オレンジ 冷しうどん(うどん・人参・胡瓜・わかめ・トマト) 金時豆	手作りゼリー (アガー・りんごジュース)
20	木	おかゆ スープ(冬瓜) 野菜スティック(胡瓜) フドウ 鶏肉のつくね焼き(鶏挽肉・長葱・人参) さつま芋サラダ(さつま芋・胡瓜・人参)	さつま芋茶巾
21	金	おかゆ 味噌汁(南瓜) バナナ 豚肉のキノコ煮(豚挽肉・しめじ・えのき・しいたけ) 人参甘煮	パンブキンパイ
24	月	おかゆ 清まし汁(小松菜) 野菜スティック(胡瓜) オレンジ 鶏肉の西京焼き(鶏挽肉) 色彩サラダ(キャベツ・胡瓜・人参)	パン粥 (さつま芋)
25	火	おかゆ 味噌汁(キャベツ) スイカ 豚肉の味噌煮(豚挽肉) インゲンと人参のソテー(サヤインゲン・人参)	さつま芋のレモン煮
26	水	おかゆ スープ(冬瓜) バナナ チンジャオロース 蒸し南瓜	☆コーンフレーク
27	木	おかゆ 野菜スティック(人参) オレンジ 夏野菜シチュー(豚挽肉・人参・じゃが芋・南瓜・ズッキーニ) ナムル(ほうれん草・人参)	冷製パスタ (スパゲティ・人参・ささみ)
28	金	おかゆ 野菜スティック(ブロッコリー) バナナ ポークビーンズ(豚挽肉・じゃが芋・玉葱・大豆・ピューレ)	お麩のトロ煮 (お麩・玉葱・人参)
31	土	おかゆ 清まし汁(三つ葉) オレンジ 鶏肉のおろし煮(豚挽肉) 和風サラダ(キャベツ・胡瓜・わかめ)	パン粥 (さつま芋)

* 材料の入荷状況などの都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

* 献立は、後期～完了期向けに作成してあります。

これをもとに、離乳食の進め方や食べることでできる食材などに応じて、個人別に対応しています。

* 野菜スティックは後期からです。手にもってかじる練習をしています。ご家庭でもお試してください。

☆ 印は市販品おやつ(材料名)の提供になります。おやつは後期からです。

