

# 1月の離乳食献立 中期・後期

ナーサリーつづき給食室

日付	曜日	モグモグ期 (月齢：7～8ヶ月頃)	日付	曜日	モグモグ期 (月齢：7～8ヶ月頃)
4	土	中華リゾット ひじきスープ	16	木	お粥 すまし汁 けんちん煮 切干し大根粥
6	月	お粥 わかめスープ とりの甘味噌煮 さつまい芋粥	17	金	お粥 野菜スープ かぼちゃ入りポトフ 人参粥
7	火	お粥 みそ汁 お魚大根 白菜粥	18	土	そぼろ粥 みそ汁
8	水	お粥 すまし汁 とりと豆腐のうま煮(豆) 大根粥	21	火	お粥 ブロッコリーのスープ 魚と野菜の洋風煮 じゃが芋粥
9	木	肉うどん(小麦) かぼちゃ粥	23	木	お粥 みそ汁 根菜のそぼろ煮 玉ネギ粥
10	金	お粥 みそ汁 ひき肉と白菜の煮込み しめじ粥	27	月	中華粥 野菜スープ 人参粥
11	土	トマトリゾット 野菜スープ	28	火	お粥 すまし汁 魚のみそ煮 ほうれん草粥
14	火	お粥 みそ汁 肉豆腐(豆) ほうれん草粥	29	水	お粥 みそ汁 さつまい芋のそぼろ煮 キャベツ粥
15	水	お粥 みそ汁 鮭のコーン煮 わかめ粥	30	木	お粥 かぶのスープ 豆腐とじゃが芋のトマト煮(豆) かぼちゃ粥
			31	金	ひじき粥 キャロットスープ ほうれん草粥

★材料などの都合により献立が変更になることがあります。

★アレルギーの出やすい、牛乳、大豆、小麦が含まれるメニューには、乳 豆 小麦 と表示してあります。

日付	曜日	カミカミ期 (月齢：9～11ヶ月頃)	日付	曜日	カミカミ期 (月齢：9～11ヶ月頃)
4	土	中華リゾット ひじきスープ	16	木	軟飯 すまし汁 けんちん煮 切干し大根粥
6	月	軟飯 わかめスープ とりの甘味噌煮 さつまい芋粥	17	金	軟飯 野菜スープ かぼちゃ入りポトフ 人参粥
7	火	軟飯 みそ汁 お魚大根 白菜粥	18	土	軟飯 みそ汁
8	水	軟飯 すまし汁 とりと豆腐のうま煮(豆) 大根粥	21	火	軟飯 ブロッコリーのスープ 魚と野菜の洋風煮 じゃが芋粥
9	木	肉うどん(小麦) じゃが芋サラダ かぼちゃ粥	23	木	軟飯 みそ汁 根菜のそぼろ煮 玉ネギ粥
10	金	軟飯 みそ汁 ひき肉と白菜の煮込み しめじ粥	27	月	チャーハン 野菜スープ ごま酢和え 人参粥
11	土	トマトリゾット 野菜スープ	28	火	軟飯 すまし汁 魚のみそ煮 ほうれん草粥
14	火	軟飯 みそ汁 肉豆腐(豆) ほうれん草粥	29	水	軟飯 みそ汁 さつまい芋のそぼろ煮 キャベツ粥
15	水	軟飯 みそ汁 鮭のコーン煮 わかめ粥	30	木	軟飯 かぶのスープ 豆腐とじゃが芋のトマト煮(豆) かぼちゃ粥
			31	金	ひじきチャーハン キャロットスープ 小松菜の中華サラダ ほうれん草粥

★材料などの都合により献立が変更になることがあります。

★午前おやつとしてカミカミ期前半(後期 まる)より赤ちゃんせんべいとお茶がです。

★アレルギーの出やすい、牛乳、大豆、小麦が含まれるメニューには、乳 豆 小麦 と表示してあります。