

令和4年10月離乳食献立表

日付	曜	中期前半	
		午前	午後
3	17/31	月	①5分粥 ②南瓜のみそ汁 ③白身魚煮 ④大根煮 ①五分粥 ②麩のみそ汁 ③鶏ひき肉とキャベツ煮 ④じゃが芋人参煮
4	18	火	①5分粥 ②大根のみそ汁 ③白菜のそぼろあん ④人参じゃが芋煮 ①五分粥 ②キャベツのスープ ③しらす人参煮 ④胡瓜煮
5	/	水	①5分粥 ②キャベツのみそ汁 ③鶏ひき肉玉ねぎ ④ほうれん草人参煮 ①五分粥 ②玉ねぎの清汁 ③南瓜のそぼろ煮 ④チンゲン菜人参煮
6	20	木	①にゅうめん(鶏ひき肉・玉葱・人参) ②キャベツともやし煮 ③人参煮 ①五分粥 ②じゃが芋のみそ汁 ③ささ身煮 ④キャベツと人参煮
7	21	金	①5分粥 ②人参のスープ ③南瓜そぼろ煮 ④玉ねぎ煮 ①五分粥 ②玉ねぎのスープ ③白身魚煮 ④いんげん人参煮
8	22	土	①にゅうめん(もやし キャベツ ひき肉) ②キャベツとしらす煮 ③さつま芋煮 ①五分粥 ②もやしのみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④じゃが芋煮
/	24	月	①5分粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚煮 ④人参もやし煮 ①五分粥 ②麩のみそ汁 ③豆腐の味噌煮 ④キャベツ煮
11	25	火	①5分粥 ②豆腐の清汁 ③鶏肉煮 ④ピーマン玉ねぎ煮 ①五分粥 ②もやしのみそ汁 ③白身魚煮 ④いんげんと人参煮
12	26	水	①うどん(人参・ほうれん草・ひき肉) ③豆腐煮 ④玉ねぎ煮 ①五分粥 ②人参のみそ汁 ②じゃが芋玉ねぎひき肉煮 ③キャベツ煮
13	27	木	①5分粥 ②玉ねぎのスープ ③鶏肉のあんかけ ④キャベツもやし煮 ①五分粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③豆腐のそぼろ煮 ④人参シラス煮
14	28	金	①パン粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③南瓜のそぼろあん ④人参煮 ①にゅう麺(鶏ひき肉 人参 玉葱) ②白身魚煮 ③チンゲン菜と人参煮
1	15/29	土	①煮込みうどん(人参・玉葱・鶏挽肉) ②さつま芋煮 ③白菜煮 ①五分粥 ②もやしのみそ汁 ③豆腐煮 ④ほうれん草と人参煮
/	19	水	①5分粥 ②ほうれん草のみそ汁 ③鶏ひき肉と豆腐煮 ④南瓜煮 ①五分粥 ②キャベツのスープ ③白身魚の味噌煮 ④人参とじゃが芋煮