

★ なかよし給食センター1月離乳食献立表 ★

曜日	初期	中期	後期
1 土 元旦			
2 日			
3 月			
4 火	・10倍粥 ・かぼちゃと豆腐のペースト	・しらす入り7倍粥 ・じゃが ・かぼちゃ/豆腐の煮物 いもの ・青菜のトマト煮 スープ	・しらす入り軟飯(アチピー) ・かぼちゃと豆腐の煮物 ・青菜のトマト煮 ・じゃがみそ汁
5 水	・10倍粥 ・人参とキャベツのペースト	・7倍粥 ・ささみのトマト煮 ・キャベツのスープ	・軟飯・キャベツのみそ汁 ・鶏レバーのトマト煮 ・ココロサツマイモ
6 木	・10倍粥 ・青菜のペースト	・7倍粥 ・豆腐と玉ねぎの煮物 ・大根スープ	・軟飯・大根のみそ汁 ・豆腐と豚肉の煮物 ・ブロッコリーのおひたし
7 金	・10倍粥 ・トマトと大根のペースト	・7倍粥 ・白身魚とレタスの煮物 ・じゃがいものスープ	・軟飯・じゃがいものスープ ・お魚の野菜あんかけ ・スティック人参
8 土	・10倍粥 ・ブロッコリーのペースト	・7倍粥 ・キャベツのスープ ・豆腐のしらすあんかけ ・ブロッコリーのくたくた煮	・軟飯・キャベツのスープ ・麻婆豆腐 ・ブロッコリーのおひたし
9 日			
10 月 成人の日			
11 火	・10倍粥 ・人参とトマトのペースト	・7倍粥 ・じゃがいもスープ ・白身魚と野菜のトマト煮 ・人参煮	・軟飯・じゃがいもスープ ・お魚と野菜のトマト煮 ・人参煮
12 水	・10倍粥 ・キャベツと人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜の煮物 ・豆腐のスープ	・軟飯・豆腐のみそ汁 ・野菜炒め煮 ・ココロサツマイモ
13 木	・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト	・7倍粥 ・コーンスープ ・白身魚の煮物 ・人参とブロッコリーの煮物	・軟飯(アチピー) ・魚のみそ煮 ・コーンスープ ・人参とブロッコリーの煮物
14 金	・10倍粥 ・白菜と人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜のシチュー ・ココロサツマイモ	・軟飯(アチピー) ・ささみと野菜のシチュー ・ココロサツマイモ
15 土	・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト	・7倍粥 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・野菜スープ	・軟飯・野菜のみそ汁 ・お魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮

曜日	初期	中期	後期
16 日			
17 月	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥 ・ささみとかぼちゃのミルク煮 ・野菜スープ	・軟飯(アチピー) ・野菜スープ ・レバーとかぼちゃの煮物 ・ブロッコリーのおひたし
18 火	・10倍粥 ・人参とキャベツのペースト	・芋入り7倍粥 ・豆腐と野菜の煮物 ・キャベツのスープ	・芋入軟飯・キャベツの味噌汁 ・豆腐と鶏ひき肉の煮物 ・青菜のおひたし
19 水	・10倍粥 ・トマトと青菜のペースト	・野菜とささみのそーめん ・キャベツ煮 ・豆腐のスープ	・野菜と麩のそーめん ・キャベツ煮 ・豆腐のみそ汁
20 木	・10倍粥 ・かぼちゃと豆腐のペースト	・7倍粥 ・スープ ・豆腐と白身魚の煮物 ・キャベツと人参の煮物	・軟飯(アチピー) ・スープ ・豆腐と魚のみそ煮 ・キャベツと人参の煮物
21 金	・10倍粥 ・キャベツとトマトのペースト	・7倍粥 ・ささみ入りトマトスープ ・かぼちゃの煮つぶし	・軟飯(アチピー) ・ささみ入りトマトスープ ・かぼちゃソテー
22 土	・10倍粥 ・青菜と玉ねぎのペースト	・7倍粥 ・麩のスープ ・豆腐のそぼろ煮 ・青菜のやわらか煮	・軟飯(伊比) ・青菜の煮びたし ・豆腐のそぼろ煮 ・麩とわかめのみそ汁
23 日			
24 月	・10倍粥 ・人参とブロッコリーのペースト	・7倍粥 ・ささみとブロッコリーの煮物 ・野菜スープ	・軟飯(アチピー) ・ささみとブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮 ・野菜のみそ汁
25 火	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥 ・キャベツスープ ・白身魚と大根の煮物 ・かぼちゃのマッシュ	・軟飯(アチピー) ・魚の味噌煮 ・かぼちゃと大根の煮物 ・キャベツスープ
26 水	・10倍粥 ・人参と玉ねぎのペースト	・7倍粥 ・豆腐のトマト煮 ・かぼちゃのスープ	・軟飯・かぼちゃのみそ汁 ・豆腐のトマト煮 ・スティック人参
27 木	・10倍粥 ・人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜の煮物 ・キャベツ煮 ・大根スープ	・軟飯(アチピー) ・ささみと野菜の煮物 ・キャベツ煮 ・大根スープ
28 金	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥 ・きゅうりのスープ ・白身魚と青菜の煮物 ・茹でかぼちゃの煮物	・軟飯 ・きゅうりのスープ ・白身魚と青菜の煮物 ・茹でかぼちゃの煮物
29 土	・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト	・ささみと野菜のおじや ・豆腐とブロッコリーの煮物	・ささみと野菜のおじや ・豆腐とブロッコリーの煮物
30 日			
31 月	・10倍粥 ・ブロッコリーのペースト	・7倍粥 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・野菜のスープ	・軟飯(アチピー) ・お魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮 ・野菜のみそ汁

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。