

中期 後期

2022年12月 離乳食献立表

栄養士 水田清美
立案者 水田清美

		1週目		2週目		3週目		4週目		5週目	
月				5 おかゆ 鶏肉の煮物 鶏肉 玉葱 人参 いんげん	12 おかゆ 鶏肉の煮物 鶏肉 玉葱 人参 いんげん	19 おかゆ 鶏肉の煮物 鶏肉 玉葱 人参 いんげん	26 おかゆ 鶏肉の煮物 鶏肉 玉葱 人参 いんげん				
				すまし汁 大根 人参	すまし汁 玉葱 人参	すまし汁 玉葱 人参	すまし汁 玉葱 人参				
火			6 おかゆ 鶏団子	13 ミンチ 玉葱 人参 ブロccoli	20 おかゆ カレイの煮物 かれい 玉葱 人参 ブロccoli	27 おかゆ カレイの煮物 かれい 玉葱 人参 ブロccoli					
				味噌汁 キャベツ 玉葱	味噌汁 ほうれん草 玉葱	味噌汁 キャベツ 小松菜	味噌汁 キャベツ 小松菜				
水			7 おかゆ ハンバーグ	14 ミンチ 玉葱 ブロccoli	21 おかゆ 鶏団子 ミンチ 玉葱 人参 ブロccoli	28 おかゆ 鶏団子 ミンチ 玉葱 人参 ブロccoli					
				すまし汁 キャベツ 人参	すまし汁 人参 ほうれん草	味噌汁 じゃが芋 人参	味噌汁 じゃが芋 人参			野菜粥 タンパク質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	
木	1	おかゆ カレイの煮物 かれい 玉葱 人参 ブロccoli	8 おかゆ カレイの煮物 かれい 玉葱 人参 ブロccoli	15 おかゆ ハンバーグ ミンチ 玉葱 ブロccoli	22 おかゆ ハンバーグ ミンチ 玉葱 ブロccoli						
		味噌汁 南瓜 人参	味噌汁 大根 人参	すまし汁 キャベツ 玉葱	すまし汁 キャベツ 玉葱	すまし汁 玉葱 豆腐	すまし汁 玉葱 豆腐			お休み	
金	2	おかゆ 鶏団子 ミンチ 玉葱 人参 ブロccoli	9 おかゆ 鶏肉の煮物 鶏肉 玉葱 人参 ブロccoli	16 おかゆ カレイの煮物 かれい 玉葱 人参 ブロccoli	23 おかゆ カレイの煮物 かれい 玉葱 人参 ブロccoli						
		すまし汁 大根 キャベツ	すまし汁 豆腐 キャベツ	味噌汁 玉葱 人参	味噌汁 玉葱 人参	味噌汁 大根 キャベツ	味噌汁 大根 キャベツ			お休み	
土	3	野菜粥 タンパク質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	10 野菜粥 タンパク質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	17 野菜粥 タンパク質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	24 野菜粥 タンパク質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類						
										お休み	

