

1月離乳食献立予定表

曜	日	献立名		果物
火 土	12	うどんのくたくた煮	うどん、人参、玉葱、ほうれん草、鶏ミンチ	みかん 23日:バナナ
	23			
水	13 27	うどんのくたくた煮	うどん、人参、大根、ほうれん草、豆腐	みかん
木	14	豆腐のくたくた煮	豆腐、白菜、ひじき、片栗粉	バナナ
	28	野菜の柔らか煮	人参、玉葱、小松菜	
金	15	魚のあんかけ	鱈、小松菜、片栗粉	りんご
	29	野菜の柔らか煮	人参、大根、里芋、白菜	
土	16 30	雑炊	米、人参、玉葱、キャベツ、鶏ミンチ	みかん
月	18	豆腐のくたくた煮	豆腐、人参、海苔、片栗粉	みかん
		野菜の柔らか煮	玉葱、キャベツ、じゃがいも	
火	19	魚のあんかけ	鱈、玉葱、ひじき、片栗粉	グレープ フルーツ
		野菜の柔らか煮	人参、キャベツ、小松菜	
水	20	うどんのくたくた煮	うどん、人参、玉葱、キャベツ、鶏ミンチ	りんご
木	21	豆腐のくたくた煮	豆腐、白菜、ちりめんじゃこ、片栗粉	バナナ
		野菜の柔らか煮	人参、キャベツ、じゃがいも	
金	22	魚のあんかけ	鱈、玉葱、海苔、片栗粉	グレープ フルーツ
		春雨のくたくた煮	春雨、人参、白菜	
月	25	マカロニのくたくた煮	マカロニ、キャベツ、マッシュルーム、鶏ミンチ	みかん
		野菜の柔らか煮	人参、玉葱、ほうれん草	
火	26	魚のあんかけ	鱈、ほうれん草、片栗粉	グレープ フルーツ
		野菜の柔らか煮	人参、玉葱、キャベツ、ひじき	