



2019年 1月の離乳食

認定こども園ほそだ

1・3・5週					
曜	日	朝のおやつ	献立(材料)	主食	3時のおやつ・材料
月	28	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(ブロッコリー・じゃが芋)、人参の煮物 野菜スープ みかん	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 玉葱
火	15 29	紫芋チップ	さけの煮付け 野菜のやわらか煮(大根・人参)、白菜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや きやべつ
水	16 30	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(南瓜・小松菜)、大根の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや ほうれん草
木	17 31	紫芋チップ	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(ほうれん草・南瓜)、人参の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 大根
金	4 18	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(人参・玉葱)、さつま芋の煮物 野菜スープ みかん	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 南瓜
土	5 19	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(さつま芋・白菜)、小松菜の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 人参

2・4週					
曜	日	朝のおやつ	献立(材料)	主食	3時のおやつ・材料
月	7 21	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(きやべつ・小松菜)、じゃが芋の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 南瓜
火	8 22	紫芋チップ	さけの煮付け 野菜のやわらか煮(人参・ほうれん草)、さつま芋の煮物 野菜スープ みかん	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 大根
水	9 23	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(南瓜・小松菜)、玉葱の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや じゃが芋
木	10 24	紫芋チップ	さわらの煮付け 野菜のやわらか煮(じゃが芋・人参)、白菜の煮物 野菜スープ りんご	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 玉葱
金	11 25	赤ちゃんせんべい	鶏肉のそぼろ煮 野菜のやわらか煮(人参・ブロッコリー)、玉葱の煮物 野菜スープ みかん	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや きやべつ
土	12 26	赤ちゃんせんべい	豆腐の煮付け 野菜のやわらか煮(ほうれん草・じゃが芋)、玉葱の煮物 野菜スープ バナナ	おかゆ 軟飯 普通飯	おじや 人参

☆食材の大きさや、おかゆは子どもに合わせたものにします。

