



2024年2月離乳食だより



	献立名	材料名(昼食・おやつ)			
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ
1 (木)	しらすがゆ ポトフ	米・じゃが芋	しらす・鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ブロッコリー キャベツ	南瓜ポーロ
2 (金)	白がゆ 大根そぼろ煮	米	鶏ミンチ	大根・人参・小松菜・里芋 バナナ	バナナ
3 (土)	南瓜と ほうれん草のおじや	米	白身魚	南瓜・玉ネギ・ほうれん草 人参	マンナ
5 (月)	白がゆ ちゃんこうどん	米・うどん	鶏ささみ・豆腐	白菜・玉ネギ・小松菜 人参・みかん	みかん
6 (火)	芋がゆ 豆腐の味噌汁	米・さつま芋・ロールパン	豆腐	玉ネギ・人参・ほうれん草	麦ロールパン
7 (水)	白がゆ 白身魚のあんかけ	米	白身魚	玉ネギ・人参・チンゲン菜 ひじき	りんごゼリー
8 (木)	白がゆ にゅうめん	米・そうめん・じゃが芋	豆腐	玉ネギ・人参・小松菜・里芋	ハイハイン
9 (金)	白がゆ 大豆と野菜の煮物	米	大豆	玉ネギ・南瓜・人参・トマト ほうれん草・なす	動物ビスケット
10 (土)	白がゆ さつま芋のしらす和え	米・さつま芋	しらす	玉ネギ・人参・小松菜 バナナ	バナナ
13 (火)	白がゆ すき焼き風煮	米・すきふ	鶏ミンチ・焼豆腐	白菜・玉ネギ・キャベツ 人参	豆乳クッキー
14 (水)	鮭がゆ 南瓜味噌汁	米	鮭	南瓜・玉ネギ・人参・なす	みかんゼリー
15 (木)	白がゆ 鶏団子のあんかけ	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・チンゲン菜 パプリカ・なす	アンパンマン せんべい
16 (金)	白がゆ ちゃんぼんめん	米・中華めん・さつま芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・キャベツ ほうれん草	ふかし芋
17 (土)	白がゆ トマトシチュー	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ブロッコリー キャベツ・トマト	ビスコ
19 (月)	白がゆ 豆腐の中華煮	米	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・チンゲン菜 白菜	野菜ゼリー
20 (火)	白がゆ 白菜のツナ和え	米・じゃが芋	ツナ缶	白菜・人参・大根	おさつスナック
21 (水)	白がゆ さつま芋とひじき煮	米・さつま芋	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・ひじき	クラッカー
22 (木)	白がゆ 大根ポトフ	米・ロールパン	鶏ミンチ・	大根・人参・ブロッコリー 玉ネギ	麦ロールパン
24 (土)	白がゆ 八宝菜風	米・じゃが芋	鶏ささみ	白菜・玉ネギ・人参	マリービスケット
26 (月)	白がゆ ほうれん草の和えもの	米	豆腐・ツナ缶	ほうれん草・人参・白菜	紫芋せんべい
27 (火)	白がゆ 大豆とひじき煮	米	大豆	ひじき・人参・小松菜	お米スナック
28 (水)	白がゆ 白身魚のソテー	米	白身魚	ブロッコリー・人参・大根	ぶどうゼリー
29 (木)	白がゆ じゃが芋そぼろ煮	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ほうれん草 バナナ	バナナ

