



# 2024年9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
2 (月)	白がゆ ポトフ風煮	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ブロッコリー	バナナ
3 (火)	白がゆ 冬瓜汁	米・里芋・さつまい	鶏ささみ	玉ネギ・人参・冬瓜	ふかし芋
4 (水)	白がゆ 南瓜クリームシチュー風	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・南瓜	おにぎり
5 (木)	白がゆ 鶏ミンチとさつまい煮	米・さつまい	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・さつまい	蒸しパン
6 (金)	白がゆ 豆腐のあんかけ	米・片栗粉	豆腐	玉ネギ・人参・小松菜 白菜	ゼリー
7 (土)	白がゆ 鶏ミンチと野菜煮	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ほうれん草	ウエハース
9 (月)	白がゆ けんちん汁	米・里芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・大根	ビスケット
10 (火)	白がゆ すき焼き風煮	米・すきふ	鶏ささみ・豆腐	玉ネギ・人参・白菜	マカロニきな粉
11 (水)	白がゆ 鶏ささみとトマト煮	米・じゃが芋	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・トマト	パン
12 (木)	白がゆ 八宝菜	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・白菜 チンゲン菜	お米スナック
13 (金)	白がゆ 五目ラーメン	米・中華めん	鶏ささみ	玉ネギ・人参・椎茸 キャベツ	豆乳クッキー
14 (土)	白がゆ しらすと野菜おじや	米	しらす	玉ネギ・人参・チンゲン菜	かぼちゃポーロ
17 (火)	さつまいおじや お月見汁	米・さつまい	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参	塩せんべい
18 (水)	白がゆ 大根の煮物	米	鶏ささみ	玉ネギ・人参・大根	バナナ
19 (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・グリーンピース	マンナ
20 (金)	白がゆ 白身魚と野菜煮	米	白身魚	玉ネギ・人参・南瓜・小松菜	ゼリー
24 (火)	白がゆ 豆乳スープ	米	鶏ミンチ・豆乳	玉ネギ・人参・白菜	紫芋せんべい
25 (水)	白がゆ 煮込みうどん	米・うどん	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・白菜・椎茸	ハイハイ
26 (木)	白がゆ 豆腐とひじき煮	米	鶏ミンチ・豆腐・大豆	玉ネギ・人参・ひじき	コーンスナック
27 (金)	白がゆ 鶏団子となすび煮	米・さつまい	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・なすび	ビスコ
28 (土)	南瓜と ほうれん草のおじや	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ほうれん草 南瓜	ウエハース
30 (月)	しらすがゆ 肉じゃが	米・じゃが芋	鶏ミンチ・しらす	玉ネギ・人参・グリーンピース	お米スナック

※ 紀の川農園の無農薬のお米を使っています

