



2024年4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 (火)	白がゆ 鶏団子のあんかけ	米・片栗粉	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・白菜	ハイハイ
2 (水)	白がゆ 肉じゃが	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参	バナナ
3 (木)	白がゆ ちゃんこうどん	米・うどん	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ほうれん草	かぼちゃポーロ
4 (金)	白がゆ ツナとキャベツの煮物	米	ツナ缶	玉ネギ・人参・キャベツ	アンパンマン せんべい
5 (土)	さつま芋のおじや	米・さつま芋	しらす	玉ネギ・人参・小松菜	紫芋せんべい
7 (月)	白がゆ すき焼き風煮	米	鶏ささみ・豆腐	玉ネギ・人参・白菜	蒸しパン
8 (火)	白がゆ さつま芋の味噌汁	米・さつま芋		玉ネギ・人参	ハイハイ
9 (水)	白がゆ 鶏のそぼろ煮	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・大根	豆乳クッキー
10 (木)	白がゆ 高野豆腐の煮物	米・里芋	高野豆腐	玉ネギ・人参・ほうれん草	お米パフ
11 (金)	白がゆ 大根と人参の味噌煮	米	鶏ささみ	玉ネギ・人参・大根	バナナ
12 (土)	しらすと野菜のおじや	米	しらす	玉ネギ・人参・なすび	クラッカー
14 (月)	白がゆ 八宝菜風	米・片栗粉	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・チンゲン菜 白菜	ふかし芋
15 (火)	白がゆ 南瓜のそぼろ煮	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・南瓜 グリーンピース	コーンスナック
16 (水)	白がゆ 鶏ささみとほうれん草の煮物	米	鶏ささみ	玉ネギ・人参・ほうれん草 大根	じゃがしらす ステック
17 (木)	白がゆ キャベツとブロッコリーの洋風煮	米	白身魚	玉ネギ・人参・キャベツ ブロッコリー	ハイハイ
18 (金)	白がゆ ポトフ	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ブロッコリー	ゼリー
19 (土)	中華風おじや	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・チンゲン菜 白菜	マンナ
21 (月)	白がゆ 大根のそぼろ煮	米・里芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・大根	紫芋せんべい
22 (火)	白がゆ 豆腐の中華煮	米	豆腐・しらす	玉ネギ・人参・チンゲン菜	マカロニきなこ
23 (水)	白がゆ じゃが芋の煮物	米	鶏ささみ	玉ネギ・人参・小松菜	ビスコ
24 (木)	白がゆ さつま芋の煮物	米・さつま芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ほうれん草	パン
25 (金)	白がゆ 白身魚のクリーム煮	米	白身魚・豆乳	玉ネギ・人参・白菜	バナナ
26 (土)	鶏そぼろと 南瓜のおじや	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・南瓜 ほうれん草	アンパンマン せんべい
27 (月)	白がゆ 野菜のトマト煮	米	しらす	玉ネギ・人参・トマト なすび	かぼちゃポーロ
30 (水)	白がゆ 千切大根煮	米・里芋	高野豆腐	人参・切干大根・小松菜	ハイハイ

※ 紀の川農園の無農薬のお米を使っています