12　離乳食献立表（初期）

今川学園　園長　篠瀬　実千代

日	曜日	献立名 おかず	主な材料
2	月	おかゆ 白身魚のみぞれあん じゃが芋のペースト	米 白身魚・大根 じゃが芋
3	火	おかゆ 豆腐と青菜のとろとろ じゃが芋と人参のペースト	米 豆腐・ほうれん草 じゃが芋・人参
4	水	おかゆ 白身魚のすりながし 人参と玉ねぎのピューレ	米 白身魚 人参・玉ねぎ
5	木	おかゆ 白身魚とキャベツのすりながし ほうれん草と人参のうらごし	米 白身魚・キャベツ ほうれん草・人参
6	金	おかゆ 白身魚のすりながし じゃが芋と三度豆のペースト	米 白身魚 じゃが芋・三度豆
7	土	バザー	
9	月	おかゆ 白身魚の人参ソース ほうれん草のペースト	米 白身魚・人参 ほうれん草
10	火	おかゆ 豆腐のグリーンソース 人参と三度豆のうらごし	米 豆腐・ほうれん草 人参・三度豆
11	水	おかゆ 白身魚のすりながし かぼちゃと玉ねぎのペースト	米 白身魚 かぼちゃ・玉ねぎ
12	木	おかゆ 豆腐のすりながし じゃが芋と人参のペースト	米 豆腐 じゃが芋・人参
13	金	おかゆ 白身魚のきゅうりソース キャベツと人参のピューレ	米 白身魚・きゅうり キャベツ・人参
14	土	おかゆ 白身魚のすりながし 玉ねぎと人参のピューレ	米 白身魚 玉ねぎ・人参
16	月	おかゆ 豆腐と玉ねぎのすりながし じゃが芋と人参のペースト	米 豆腐・玉ねぎ じゃが芋・人参
17	火	おかゆ 白身魚の人参ソース じゃが芋とほうれん草のペースト	米 白身魚・人参 じゃが芋・ほうれん草
18	水	おかゆ 豆腐の人参ソース 三度豆と玉ねぎのすりながし	米 豆腐・人参 三度豆・玉ねぎ
19	木	おかゆ 白身魚のすりながし きゅうりとじゃが芋のペースト	米 白身魚 きゅうり・じゃが芋
20	金	おかゆ 白身魚のブロッコリーあん じゃが芋と人参のペースト	米 白身魚・ブロッコリー じゃが芋・人参
21	土	おかゆ 豆腐のグリーンソース 人参と玉ねぎのすりながし	米 豆腐・小松菜 人参・玉ねぎ
23	月	おかゆ 白身魚の人参ソース さつまいものペースト	米 白身魚・人参ソース さつまいも
24	火	おかゆ 白身魚のすりながし 小松菜と人参のうらごし	米 白身魚 小松菜・人参
25	水	おかゆ 白身魚と玉ねぎのすりながし キャベツと人参のピューレ	米 白身魚・玉ねぎ キャベツ・人参
26	木	おかゆ 豆腐のグリーンソース 人参と玉ねぎのすりながし	米 豆腐・ほうれん草 人参・玉ねぎ
27	金	おかゆ 白身魚の人参ソース さつま芋のペースト	米 白身魚・人参 さつまいも
28	土	おかゆ 白身魚のすりながし 玉ねぎと人参のすりながし	米 白身魚 玉ねぎ・人参
30	月	年末休暇	
31	火		

※適宜和風だしを使用します。