



1月 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		主な材料	日	曜日	献立名		主な材料
		お	かず				お	かず	
1	火	年始休館日			17	木	おかゆ 豆腐とブロッコリーのすりながし 人参と大根のピューレ	米 豆腐・ブロッコリー 人参・大根	
2	水				18	金	おかゆ 豆腐とほうれん草のすりながし 里芋と人参のピューレ	米 豆腐・ほうれん草 里芋・人参	
3	木				19	土	おかゆ 鱈と人参のすりながし じゃが芋のペースト	米 鱈・人参 じゃが芋	
4	金				21	月	おかゆ 豆腐の人参ソース かぼちゃと玉ねぎのピューレ	米 豆腐・人参 かぼちゃ・玉ねぎ	
5	土	おかゆ 鱈の人参ソース バナナのペースト		米 鱈・人参 バナナ	22	火	おかゆ 豆腐の玉ねぎソース りんごのペースト	米 豆腐・玉ねぎ りんご	
7	月	おかゆ ブロッコリーと豆腐のとろとろ バナナポテト		米 豆腐・ブロッコリー バナナ・じゃが芋	23	水	おかゆ 鱈のトマト風味すりながし きゅうりのペースト	米 鱈・トマト水煮缶 きゅうり	
8	火	おかゆ 鮭のすりながし 大根と人参のピューレ		米 鮭 大根・人参	24	木	おかゆ 豆腐と人参のすりながし バナナのペースト	米 豆腐・人参 キャベツ	
9	水	おかゆ 豆腐の人参ソース じゃが芋と玉ねぎのピューレ		米 豆腐・人参 じゃが芋・玉ねぎ	25	金	おかゆ 鮭のすりながし さつまいもと人参のピューレ	米 鮭 さつまいも・人参	
10	木	おかゆ 豆腐とかぼちゃのすりながし 人参とブロッコリーのピューレ		米 豆腐・かぼちゃ 人参・ブロッコリー	26	土	おかゆ 豆腐の玉ねぎソース じゃが芋と人参のピューレ	米 豆腐・玉ねぎ じゃが芋・人参	
11	金	おかゆ 豆腐と小松菜のすりながし じゃが芋と人参のピューレ		米 豆腐・小松菜 じゃが芋・人参	28	月	おかゆ 豆腐と大根のすりながし 人参のピューレ	米 豆腐・大根 人参	
12	土	おかゆ 鱈と人参のすりながし 里芋と大根のピューレ		米 豆腐・人参 里芋・大根	29	火	おかゆ 鮭のすりながし 里芋と玉ねぎのピューレ	米 鮭 里芋・玉ねぎ	
14	月	成人の日			30	水	おかゆ 豆腐とひじきのすりながし じゃが芋のピューレ	米 豆腐・ひじき じゃが芋	
15	火	おかゆ 豆腐の人参ソース じゃが芋と玉ねぎのピューレ		米 豆腐・人参 じゃが芋・玉ねぎ	31	木	おかゆ 豆腐よ里芋のすりながし りんごと人参のペースト	米 豆腐・里芋 りんご・人参	
16	水	おかゆ 鮭のすりながし さつまいものペースト		米 鮭 さつまいも	※適宜和風だしを使用します。				