令和5年度　**10月　離乳食献立表　　中期**　　なまえ（　　）

※木曜日の朝までに食べていない食材にチェックして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。
2週間の献立をのせています。

日付	献立名	材料名
02月	お粥　鮭の野菜あんかけ	米/さけ/にんじん/じゃがいも/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/
03火	お粥　白身魚と野菜のかぼちゃ和え	米/たら/にんじん/キャベツ/たまねぎ/かぼちゃ/だしかつお/
04水	お粥　ささみのぽってり煮	米/鶏ささみ/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/ほうれんそう/だしかつお/こんぶ(だし用)/
05木	お粥　豆腐と野菜のとろとろ煮	米/木綿豆腐/にんじん/だいこん/こまつな/たまねぎ/だしかつお/こんぶ(だし用)/片栗粉/
06金	お粥　鮭の彩り煮	米/さけ/キャベツ/にんじん/かぶ/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/片栗粉/
07土	**運　動　会**	
09月	**スポーツの日**	
10火	お粥　豆腐の彩りおろしあんかけ	米/絹ごし豆腐/だいこん/にんじん/こまつな/たまねぎ/だしかつお/片栗粉/
11水	お粥　鯛の野菜あんかけ	米/たい/たまねぎ/にんじん/なす/だしかつお/片栗粉/
12木	お粥　たらのぽってりお芋あえ	米/たら/にんじん/さつまいも/ほうれんそう/
13金	パン粥　ホコホコポテト	食パン/鶏ささみ/にんじん/たまねぎ/じゃがいも/ブロッコリー/片栗粉/
14土	おじや	米/鶏ささみ/たまねぎ/キャベツ/にんじん/

令和5年度　**10月　離乳食献立表　　後期**　　なまえ（　　）

※木曜日の朝までに食べていない食材にチェックして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。
2週間の献立をのせています。

日付	献立名	材料名
02月	お粥　焼き魚　切り干し大根の旨煮　味噌汁	米/さけ/塩/切り干しだいこん/にんじん/だしかつお/三温糖/本みりん/しょうゆ/じゃがいも/たまねぎ/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/
03火	お粥　たらのあんかけ　ゆで野菜　スープ	米/たら/たまねぎ/だしかつお/しょうゆ/片栗粉/にんじん/かぼちゃ/チンゲンサイ/キャベツ/たまねぎ/だしかつお/塩/
04水	お粥　肉じゃが　ほうれん草のお浸し	米/牛肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/いんげん(冷)/しょうゆ/三温糖/だしかつお/こんぶ(だし用)/ほうれんそう/しょうゆ/
05木	スタミナっとう丼(お粥)　小松菜の煮浸し　けんちん汁	米/納豆/豚ひき肉/にんじん/たまねぎ/しょうゆ/三温糖/こまつな/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/鶏肉/木綿豆腐/だいこん/にんじん/さといも/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/塩/片栗粉/
06金	お粥　鮭のフライ　ビーフンサラダ　味噌汁	米/さけ/塩/小麦粉/卵/パン粉/なたね油/ビーフン/キャベツ/にんじん/きゅうり/しょうゆ/かぶ/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/
07土	**運　動　会**	
09月	**スポーツの日**	
10火	お粥　チキンのおろしあんかけ　ゆで野菜　味噌汁	米/鶏肉/酒/しょうゆ/だいこん/しょうゆ/本みりん/だしかつお/片栗粉/にんじん/絹ごし豆腐/こまつな/たまねぎ/だしかつお/こんぶ(だし用)/味噌/
11水	お粥　肉豆腐　ナスのお浸し	米/豚肉/木綿豆腐/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしかつお/しょうゆ/本みりん/三温糖/なす/だしかつお/しょうゆ/
12木	お粥　たらの磯辺揚げ　ゆで野菜　味噌汁	米/たら/あおのり/小麦粉/片栗粉/ベーキングパウダー/なたね油/にんじん/さつまいも/はくさい/ほうれんそう/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/
13金	ロールパン　鶏と根菜のミルク煮　コロコロサラダ	ロールパン/鶏肉/牛乳/にんじん/たまねぎ/じゃがいも/ブロッコリー/塩/片栗粉/にんじん/きゅうり/しょうゆ/
14土	スパゲッティナポリタン	スパゲティー(冷)/鶏ささみ/たまねぎ/キャベツ/にんじん/塩/ケチャップ/三温糖/片栗粉/