



# 1月の離乳食献立表（後期～完了期）



実施日	間食 (午前)	献立名		間食(午後)	献立名
		風食	後期(9~11ヶ月) 食品名		
4	水	調乳 ボーロ	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	調乳 せんべい くだもの(りんご)	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー
5	木	調乳 ウエハース	かゆ→軟飯 みそ煮魚 そうめんのすまし汁	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	軟飯→ごはん みそ煮魚 そうめんのすまし汁
6	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜煮 すまし汁	調乳 ☆かぶのお粥 せんべい	軟飯→ごはん 鶏肉と野菜煮 すまし汁
7	土	調乳 せんべい	しょうゆスープスパゲッティ 野菜スープ みかん	調乳 ふかしおじゃが せんべい	しょうゆスープスパゲッティ 野菜スープ みかん
10	火	調乳 ビスケット	パンがゆ→トースト 鶏肉と野菜煮 煮浸し	調乳 くだもの(りんご) せんべい	トースト 鶏肉と野菜煮 煮浸し
11	水	調乳 ボーロ	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	調乳 ☆やわらか じゃこパフ	軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁
12	木	調乳 ウエハース	かゆ→軟飯 肉団子あんかけ 卵スープ	調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん ハンバーグ 卵スープ
13	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 牛肉と野菜煮 スープ テ) みかん	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 牛肉と野菜煮 スープ テ) みかん
14	土	調乳 せんべい	ひじきがゆ→ひじき軟飯 みそ汁 みかん	調乳 ゼリー せんべい	ひじき軟飯→ひじきごはん みそ汁 みかん
16	月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	調乳 ☆かぼちゃ入り やわらかホットケーキ	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト
17	火	調乳 ビスケット	パンがゆ→トースト 卵とじ スープ	調乳 ☆さつまいもがゆ	トースト 卵とじ スープ
18	水	調乳 ボーロ	かゆ→軟飯 すき焼き風煮 みそ汁 テ) みかん	調乳 ☆やわらか ちぢみ焼き	軟飯→ごはん すき焼き風煮 みそ汁 テ) みかん
19	木	調乳 ウエハース	かゆ→軟飯 白身魚と野菜煮 野菜スープ	調乳 くだもの(バナナ) せんべい	軟飯→ごはん 照り焼き魚 野菜スープ
20	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 里芋のそぼろ煮 かきたま汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	軟飯→ごはん 里芋まんじゅう かきたま汁
21	土	調乳 せんべい	煮込みうどん りんご	調乳 ふかしいも せんべい	煮込みうどん りんご
23	月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 鶏ひき肉と野菜煮 みそ汁・焼きのり	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 鶏ひき肉と野菜煮 みそ汁・焼きのり
24	火	調乳 ビスケット	パンがゆ→トースト 鮭とマカロニのミルク煮 野菜スープ	調乳 くだもの(りんご) せんべい	トースト 鮭とマカロニのミルク煮 野菜スープ
25	水	調乳 ボーロ	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜煮 みそ汁 テ) みかん	調乳 ☆煮込みうどん	軟飯→ごはん 鶏肉と野菜煮 みそ汁 テ) みかん
26	木	調乳 ウエハース	パンがゆ→ロールパン 卵とじ スープ	調乳 ☆きなこがゆ	ロールパン 卵とじ スープ
27	金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 みそ汁	調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん 煮魚 みそ汁
28	土	調乳 せんべい	わかめがゆ みそ汁 みかん	調乳 ゼリー せんべい	わかめがゆ みそ汁 みかん
30	月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 大根の煮物 すまし汁	調乳 ふかしいも	軟飯→ごはん 大根の煮物 すまし汁
31	火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 豆腐と豚ひき肉のくず煮 春雨のすまし汁 テ) みかん	調乳 棒チーズ せんべい	軟飯→ごはん 豆腐と豚ひき肉のくず煮 春雨のすまし汁 テ) みかん

☆印は手作りおやつです。