



離乳食献立



日	月	火	水 1日	木 2日	金 3日	土 4日
			おかゆ 豚肉の中華風煮 キャベツとにんじんの煮びたし みそ汁	おかゆ タラの野菜あんかけ かぼちゃの含め煮 みそ汁	おかゆ 豚ひき肉の野菜あん かぶの甘辛煮 みそ汁	おかゆ 赤魚の煮つけ 豆腐のあんかけ みそ汁
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
おかゆ 鶏の甘辛煮 じゃがいものうま煮 みそ汁	おかゆ カレーの煮つけ さつまいものミルク煮 みそ汁	おかゆ ささみと野菜のあんかけ 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁	おかゆ タラのホワイトソース煮 大根と人参の旨煮 みそ汁	おかゆ 豚肉の中華風煮 ブロッコリーのとろみ煮 みそ汁	おかゆ 鶏と野菜の味噌煮 かぶのあんかけ 野菜スープ	おかゆ 肉じゃが マカロニのケチャップ煮 みそ汁
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
おかゆ 鶏と野菜の煮物 キャベツとにんじんの煮びたし みそ汁	おかゆ カレーと野菜の味噌煮 かぼちゃの含め煮 コンソメスープ	おかゆ 鶏団子と野菜のあんかけ キャベツのミルク煮 みそ汁	おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 野菜の煮びたし みそ汁	おかゆ 豚ひき肉の野菜あん 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁	野菜煮込みうどん さつまいもの甘煮 白菜のコンソメ煮	おかゆ 鶏肉のトマト煮 キャベツのミルク煮 みそ汁
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
おかゆ タラの野菜あんかけ じゃがいものそぼろあんかけ みそ汁	おかゆ 鶏団子のコンソメ煮 ほうれんそうの豆腐和え みそ汁	おかゆ カレーの野菜あんかけ 白菜の中華煮 みそ汁	おかゆ 鶏ささみとさつまいもの煮物 キャベツのミルク煮 みそ汁	おかゆ 豚肉の中華風煮 ほうれんそうの煮びたし みそ汁	おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 じゃがいものうま煮 みそ汁	おかゆ 赤魚の野菜あんかけ 南瓜のそぼろあん みそ汁
26日	27日	28日	29日	30日	31日	
ミートうどん キャベツとにんじんの煮びたし さつまいものミルク煮	おかゆ 肉じゃが 豆腐のあんかけ みそ汁	おかゆ カレーの野菜あんかけ 白菜の中華煮 みそ汁	おかゆ 鶏と野菜のこっくり煮 じゃがいもの甘辛煮 みそ汁	おかゆ タラの野菜あんかけ かぼちゃの含め煮 みそ汁	おかゆ 豚肉の中華風煮 キャベツのミルク煮 みそ汁	

❀3月3日はひな祭りです❀

ひな祭りは桃の節句ともいわれ、女の子の健やかな成長を願うお祭りです。ひな人形は病気やケガから子どもたちを守ってくれると言われていました。ちらし寿司やひなあられを食べてお祝いすることが多いかと思えます。ちらし寿司には「将来食べるものに困りませんように」という願いが、ひなあられには「(ピンク...生命 白...雪の大地 緑...木々の芽吹き)」という意味があり、いろいろな色のひなあられを食べて大地の力をもらって元気に丈夫に育ちますように」という願いがこめられているそうです。由来や理由などお話しして食べると楽しい食卓になりそうですね。

