

# 1月 離乳食 予定献立

(14ヶ月～15ヶ月)

(献立内容は月齢、食材摂取状況にあわせて  
若干異なることがあります。)  
(予定献立は都合により変更になる事もあります。)

1月4日 (木)	1月5日 (金)	1月6日 (土)
#フルーツ ごはん 煮魚 スパゲティーサラダ 牛乳 フルーツ	#フルーツ ごはん 煮魚 野菜スープ フルーツ	#麦茶・お菓子 ごはん 煮魚 野菜サラダ 牛乳 フルーツ
ヨーグルト	麦茶 お菓子	

1月8日 (月)	1月9日 (火)	1月10日 (水)	1月11日 (木)	1月12日 (金)	1月13日 (土)
成人の日 #野菜スティック ごはん 豚肉と豆腐の煮物 シルバーサラダ フルーツ	#牛乳・お菓子 ごはん 焼き魚 ひじき煮 七草スープ フルーツ	#野菜スティック ごはん キャベツのみそスープ煮 ツナ入りサラダ フルーツ	#牛乳・お菓子 ごはん すき焼き風煮 大根サラダ 小女子佃煮 フルーツ	#麦茶・お菓子 ごはん カボチャコロッケ スパゲティーサラダ 牛乳 フルーツ	
牛乳 食パン	牛乳 お菓子	牛乳 ホットケーキ	牛乳 カップケーキ		
1月15日 (月)	1月16日 (火)	1月17日 (水)	1月18日 (木)	1月19日 (金)	1月20日 (土)
#フルーツ ごはん 五目煮 ひじきドレッシング サラダ 豆腐と若布のみそ汁 ヨーグルト	#牛乳・お菓子 ごはん 魚のマヨネーズ焼き 三色ナムル 野菜スープ フルーツ	#野菜スティック ごはん 松風焼 ごま酢和え すまし汁 フルーツ	#フルーツ ごはん 魚のおろしあんかけ おひたし 白菜と油揚げのみそ汁 フルーツ	#牛乳・お菓子 ごはん 煮魚 野菜サラダ みそ汁 フルーツ	#ヤクルト ごはん コーンクリームフライ ポテトサラダ 牛乳 フルーツ
牛乳 スイートポテト	牛乳 蒸しカステラ	牛乳 あべかわマカロニ	牛乳 ジャムサンド	麦茶 お菓子	
1月22日 (月)	1月23日 (火)	1月24日 (水)	1月25日 (木)	1月26日 (金)	1月27日 (土)
#野菜スティック ごはん ほうれん草の牛乳スープ 野菜サラダ 鮭ふりかけ ヨーグルト	#牛乳・お菓子 ごはん 煮魚 野菜マリネ スープ フルーツ	#フルーツ ごはん 魚の黄金焼き 中華風サラダ 大根のみそ汁 フルーツ	#野菜スティック ごはん つくね煮 野菜とツナの おろし和え スープ フルーツ	#牛乳・お菓子 ごはん 煮魚 ほうれん草の庄内麩和え みそ汁 フルーツ	#ヤクルト ごはん 挽肉コロッケ マカロニサラダ 牛乳 フルーツ
フルーツポンチ	ジョア	麦茶 ふもち	牛乳 揚げサツマイモ	牛乳 せんべい	
1月29日 (月)	1月30日 (火)	1月31日 (水)			
#フルーツ ごはん 肉豆腐 キャベツとリンゴの サラダ ヨーグルト	#野菜スティック ごはん 魚のピカタ ごま和え みそ汁 フルーツ	#牛乳・お菓子 ごはん 鶏肉のクリーム煮 華風サラダ フルーツ			
牛乳 お菓子	牛乳 食パン	麦茶 せんべい			