

1月の献立

	献立	離乳食	おやつ		献立	離乳食	おやつ
6日 (月)	ふりかけ玄米 きゃべつ たまご焼き ほうれん草としめじのゴマ 和え みそ汁 イリコ	おかゆ たまご焼き ほうれん草のおひたし 野菜の煮物 みそ汁	もちもちパン ミルク	23日 (木)	わかめ玄米 きゃべつ 春巻き 粉ふきいも みそ汁 イリコ	おかゆ 粉ふきいも 野菜の煮物 みそ汁	お好み焼き お茶
7日 (火)	七草粥 黒豆 漬物 イリコ	七草粥 黒豆 野菜の煮物	ぜんざい お茶	24日 (金)	大根玄米 高野豆腐の卵とじ ほうれん草のしらす和え みそ汁 イリコ	おかゆ 高野豆腐 ほうれん草のおひたし みそ汁	ドーナツ 豆乳
8日 (水)	しそもみじ玄米 じゃがいものそぼろ煮 五目なます けんちん汁 イリコ	おかゆ じゃがいものそぼろ煮 五目なます けんちん汁	おかし ミルク	27日 (月)	青菜玄米 きゃべつとあげの煮物 いんげんのゴマ和え みそ汁 イリコ	おかゆ きゃべつの煮物 いんげんのゴマ和え みそ汁	ココアケーキ ミルク
9日 (木)	ふりかけ玄米 筑前煮 白菜のおひたし みそ汁 イリコ	おかゆ 白菜のおひたし 筑前煮 みそ汁	ピザ ミルク	28日 (火)	かぼちゃパン ブロッコリーサラダ サーモンシチュー イリコ	おかゆ ブロッコリーサラダ 野菜の煮物 スープ	くだもの ミルク
10日 (金)	かぼちゃ玄米 五目ひじき 三色おひたし みそ汁 イリコ	おかゆ 五目ひじき 三色おひたし みそ汁	ぜんざい お茶	29日 (水)	あずき玄米 おでん みそ汁 イリコ	おかゆ おでん みそ汁	大学芋 お茶
14日 (火)	ロールパン グルテンとフライドポテトのサラダ カニカマスープ イリコ	おかゆ・パン サラダ 野菜の煮物 スープ	みたらし団子 お茶	30日 (木)	大豆玄米 切り干し大根の含め煮 酢の物 みそ汁 イリコ	おかゆ 切干大根 野菜の煮物 みそ汁	おかし ミルク
15日 (水)	五目チャーハン 春雨サラダ すまし汁 イリコ	おかゆ 春雨サラダ 野菜の煮物 すまし汁	くだもの ミルク	31日 (金)	チキンライス きゃべつ コロケ スパゲティサラダ わかめスープ イリコ	おかゆ コロケ スパゲティサラダ 野菜の煮物 わかめスープ	ロールケーキ ココア

16 日 (木)	梅干玄米 おでん みそ汁 イリコ	おかゆ おでん みそ汁	フレンチ トースト ミルク				
17 日 (金)	カレーライス マカロニサラダ コンソメスープ イリコ	おかゆ マカロニサラダ 野菜の煮物 コンソメスープ	ぜんざい お茶				
20 日 (月)	三色そばろ玄米 かぼちゃの煮物 みそ汁 イリコ	おかゆ かぼちゃの煮物 三色そばろ みそ汁	ジャムサンド ミルク				
21 日 (火)	にんじんパン ポトサラダ カレースープ イリコ	おかゆ・パン ポトサラダ 野菜の煮物 スープ	きなこ団子 お茶				
22 日 (水)	シーチキン玄米 あげと小松菜の煮物 ごぼうサラダ みそ汁 イリコ	おかゆ 小松菜の煮物 野菜の煮物 みそ汁	ホットケーキ ミルク				