令和　6年　　1月離乳食献立表

	かみかみ期	ぱくぱく期	おやつ		かみかみ期	ぱくぱく期	おやつ
名 前				名 前			
月 15 29 日	肉じゃが ほうれん草のポン酢和え 豆腐の味噌汁 軟飯～ご飯	肉じゃが ほうれん草のポン酢和え 豆腐の味噌汁 ご飯	ジャムサンド (スティックパンの カリカリ焼き) 牛乳	月 22 日	※麺の日 カレーうどん	※麺の日 カレーうどん	ピザトースト (スティックパンの カリカリ焼き) 牛乳
火 16 30 日	鰆の柚庵焼き うの花 南瓜の味噌汁 軟飯～ご飯	鰆の柚庵焼き うの花 南瓜の味噌汁 ご飯	バナナ 牛乳	火 9 23 日	じゃこと大豆と野菜のあんかけ 小松菜のさっと煮(油揚げなし) 豚汁(蒟蒻なし) 軟飯～ご飯	じゃこと大豆のかき揚げ 小松菜のさっと煮 豚汁(蒟蒻なし) ご飯	9日　七草粥 （かまぼこなし） 23日　キャロットケーキ 牛乳
水 17 31 日	鶏もも肉の柔らか煮 切干大根の和え物 わかめと葱のスープ 軟飯～ご飯	鶏の竜田揚げ 切干大根の和え物 わかめと葱のスープ ご飯	焼き芋	水 10 24 日	ビーフシチュー ブロッコリーの和風サラダ 軟飯～ご飯	ビーフシチュー ブロッコリーの和風サラダ ご飯	10日　煮りんご 小魚(ゴマなし) 24日　ヨーグルト
木 4 18 日	クリームシチュー じゃこサラダ 軟飯～ご飯	カレーライス じゃこサラダ ご飯	きな粉マカロニ (おせんべい) 牛乳	木 11 25 日	豆腐の五目煮 南瓜の含め煮 かぶの味噌汁 軟飯～ご飯	豆腐の五目煮 南瓜の含め煮 かぶの味噌汁 ご飯	11日　ぜんざい 25日　チヂミ （玉葱とニラのおやき） 牛乳
金 5 19 日	キャベツの味噌炒め ひじきと大豆の含め煮 さつま芋のすまし汁 軟飯～ご飯	キャベツの味噌炒め ひじきと大豆の含め煮 さつま芋のすまし汁 ご飯	パイナップル マフィン 牛乳	金 12 26 日	白身魚の塩焼き 里芋と大根のひき肉あんかけ 青菜の味噌汁 軟飯～ご飯	鯖の塩焼き 里芋と大根のひき肉あんかけ 青菜の味噌汁 ご飯	麩菓子 (おせんべい) 牛乳
土 6 20 日	肉団子と野菜の煮込みうどん	肉団子と野菜の煮込みうどん		土 13 27 日	中華そば	中華そば	
弁 当 日 16	ホイル焼き 炒り豆腐 小松菜の味噌汁 軟飯～ご飯	ホイル焼き 炒り豆腐 小松菜の味噌汁 ご飯	バナナ 牛乳	誕 生 日 18日	混ぜご飯　／　ミニゼリー 肉団子とかぶらの柚子煮 白菜と小松菜の和え物 豆腐となめこのすまし汁	鮭寿司　／　ミニゼリー 肉団子とかぶらの柚子煮 白菜と小松菜の和え物 豆腐となめこのすまし汁	きな粉マカロニ (おせんべい) 牛乳

※離乳食の献立表は、主に給食献立内の食材を使用していますが、献立中のこんにゃく、練り製品などは、つくし組さんは使用しません。
　また、生姜やニンニクは、12カ月過ぎた頃から、風味づけ程度に使用することがあります。
※完了期(12か月)頃からカレールウも使用していきますが、つくし組さんではアレルゲンを含まない乳児さん用のルウを使用します。

※献立で使用する食材は、事前に一度少量からご家庭でお試しください。