



✿離乳食✿

※献立は都合により変更になることもあります。
 ※ご飯の形状・味付け等
 それぞれの進み具合で提供します。

1日(木)	2日(金)	3日(土)			
・軟飯 ・鶏肉と野菜の やわらか煮 ・卵スープ ・バナナ	・軟飯 ・ひき肉と野菜の だし煮 ・わかめスープ ・煮りんご	・軟飯 ・さつま芋煮 ・やわらかうどん汁 ・バナナ			
5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)
・軟飯 ・豚肉と大根の やわらか煮 ・寄席豆腐汁 ・バナナ	・軟飯 ・鮭とひじきの だし煮 ・麩のみそ汁 ・スイカ	・軟飯 ・ツナとじゃが芋 のホロホロ煮 ・玉ねぎのスープ ・ヨーグルト	・軟飯 ・鶏肉のトマト煮 ・やわらかうどん汁 ・オレンジ	・軟飯 ・大根のそぼろ煮 ・野菜スープ ・バナナ	・軟飯 ・かぼちゃ煮 ・やわらかうどん汁 ・バナナ
12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)
振替休日	・軟飯 ・さつま芋煮 ・やわらかうどん汁 ・煮りんご	・軟飯 ・かぼちゃ煮 ・やわらかうどん汁 ・バナナ	・軟飯 ・カレイの煮つけ ・わかめスープ ・ヨーグルト	・軟飯 ・鮭と野菜の しょうゆ煮 ・ミネストローネ 風スープ ・煮りんご	・軟飯 ・さつま芋煮 ・やわらかうどん汁 ・バナナ
19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
・軟飯 ・鶏肉と野菜の 塩煮 ・人参のスープ ・スイカ	・軟飯 ・やわらか煮込み ハンバーグ ・コンソメスープ ・バナナ	・軟飯 ・鶏肉とじゃが芋 のみそ煮 ・卵スープ ・ヨーグルト	・軟飯 ・じゃが芋の そぼろあん ・小松菜のみそ汁 ・煮りんご	・軟飯 ・ササミと根菜の くたくた煮 ・豆腐のみそ汁 ・オレンジ	・軟飯 ・かぼちゃ煮 ・やわらかうどん汁 ・バナナ
26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
・軟飯 ・カレイの煮つけ ・かきたま汁 ・スイカ	・軟飯 ・ツナと野菜の 煮びたし ・オクラスープ ・煮りんご	・軟飯 ・鮭のだし煮 ・豆腐のみそ汁 ・バナナ	・軟飯 ・野菜とマカロニ のトロトロ煮 ・卵スープ ・オレンジ	・軟飯 ・やわらか肉団子 ・野菜スープ ・ヨーグルト	・軟飯 ・さつま芋煮 ・やわらかうどん汁 ・バナナ

✿今月のレシピ✿鶏肉とパプリカの炒め物…完了食(12か月~18か月)

≪材料≫

- ・鶏皮なしもも肉 20g
- ※下味…しょうゆ、酒 各0.4g
- ・パプリカ 8g ・しめじ 8g ・油 0.2g
- ・片栗粉 1.5g (小さじ1/2)
- ※砂糖 1g、しょうゆ 1g、だし汁 小さじ2

≪作り方≫

1. 鶏肉は薄くそぎ切りにして下味をつけ片栗粉をまぶす。
2. パプリカは薄皮をむき、5mm角に切って茹でる。
3. しめじはかさの大きいものは割り、1cmの長さに切る。
4. 油を熱し、1を焼き、2・3を加えて炒め、火が通ったら調味料を絡めて完成です。