

離乳食中期 献立表

令和 8年11月

株式会社りぼん

日付	献立名 昼食	食品名
2 (月)	7倍粥・鶏肉と大根の煮物・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・だいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・じゃがいも
4 (水)	7倍粥・豆腐と野菜の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・絹ごし豆腐・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・こまつな
5 (木)	7倍粥・鶏肉と白菜の煮物・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
6 (金)	7倍粥・カレイときゃべつの煮物・なすのすまし汁	・米・まがれい・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・たまねぎ
7 (土)	鶏ぞうすい・大根スープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・だいこん・絹ごし豆腐
9 (月)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
10 (火)	7倍粥・タラとブロッコリーの煮物・豆腐のすまし汁	・米・たら・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐
11 (水)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・大根スープ	・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
12 (木)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・トマトスープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・くりかぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい・たまねぎ・トマトピューレ
13 (金)	鶏肉と野菜のおじや・じゃが芋のすまし汁	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・じゃがいも
14 (土)	煮込みうどん・かぼちゃスープ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・たまねぎ・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ
16 (月)	7倍粥・鶏肉と白菜の煮物・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・たまねぎ
17 (火)	7倍粥・たいとチンゲン菜の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・たい・チンゲンサイ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
18 (水)	7倍粥・鶏肉と小松菜の煮物・大根スープ	・米・鶏ひき肉・こまつな・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
19 (木)	7倍粥・カレイとほうれん草の煮物・白菜スープ	・米・まがれい・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい
20 (金)	7倍粥・鶏肉の煮物・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・チンゲンサイ
21 (土)	鶏肉とかぼちゃのおじや・ほうれん草のすまし汁	・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれんそう
24 (火)	鶏雑炊・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ゆでブロッコリー・キャベツ
25 (水)	7倍粥・鮭と玉ねぎの煮物・小松菜のすまし汁	・米・さけ・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな
26 (木)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・ほうれん草スープ	・食パン・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう
27 (金)	7倍粥・肉じゃが・ほうれん草のすまし汁	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう
28 (土)	五目雑炊・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ
30 (月)	7倍粥・鮭と小松菜の煮物・根菜スープ	・米・さけ・こまつな・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん