

# 離乳中期献立予定表

ベビーかろーれ 令和4年 3月

日	曜	昼 食	
		献立	材料
1	15	火	しらすと野菜の煮込みうどん うどん、昆布出汁、しらす、たまねぎ、キャベツ、にんじん、じゃがいも、のり
2	16	水	7倍がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 精白米、昆布出汁、高野豆腐、キャベツ、にんじん、さといも
3	-	木	7倍がゆ ささみと野菜の煮物 精白米、昆布出汁、ささみ、しいたけ、にんじん、たまねぎ、菜の花
4	18	金	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 精白米、昆布出汁、豆腐、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、キャベツ
5	19	土	7倍がゆ とりひき肉と野菜の煮物 精白米、昆布出汁、鶏ひき肉、キャベツ、にんじん、たまねぎ、もやし
7	-	月	7倍がゆ ささみと野菜の煮物 精白米、昆布出汁、ささみ、ひじき、いんげん、だいこん、にんじん
8	22	火	7倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 精白米、昆布出汁、白身魚、たまねぎ、キャベツ、かぶ、ほうれんそう
9	23	水	豆腐と野菜の煮込みうどん うどん、昆布出汁、豆腐、にんじん、キャベツ、しいたけ、しめじ、春菊
10	24	木	7倍がゆ ささみと野菜の煮物 精白米、昆布出汁、ささみ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、キャベツ
11	25	金	7倍がゆ とりひき肉と野菜の煮物 精白米、昆布出汁、鶏ひき肉、たまねぎ、ブロッコリー、さつまいも
12	26	土	しらすと野菜の煮込みうどん うどん、昆布出汁、しらす、たまねぎ、ピーマン、にんじん、キャベツ
14	28	月	7倍がゆ ささみと野菜の煮物 精白米、昆布出汁、ささみ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう
-	29	火	7倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 精白米、昆布出汁、白身魚、トマト、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう
-	30	水	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 精白米、昆布出汁、豆腐、たまねぎ、ブロッコリー、キャベツ、にんじん
17	31	木	7倍がゆ ささみと野菜の煮物 精白米、昆布出汁、ささみ、たまねぎ、かぶ、にんじん、じゃがいも

※都合により献立を変更することがございます。  
ご了承ください。



女の子の健やかな成長と健康を願う  
行事です。

春らしく華やかなお料理を囲んで  
お祝いするのも良いですね🌸