



2020年 3月 離乳食メニュー



		完了(パクパク期) 12~15カ月	完了おやつ
1	日		
2	月	ごはん 鶏と高野豆腐と野菜煮 小松菜のみそ汁	おにぎり
3	火	ツナと野菜の混ぜご飯 野菜のお汁 いちご	赤ちゃんせんべい
4	水	ごはん 鶏肉とブロッコリー煮 きのこのみそ汁	コーンフレーク
5	木	しらすと野菜のうどん ジャガイモのスープ りんご	おにぎり
6	金	ごはん 鯖とかぼちゃ煮 キャベツのみそ汁	野菜スティック
7	土	牛肉と野菜の混ぜご飯 ジャガイモのみそ汁	紫芋チップ
8	日		
9	月	ごはん 豚肉と野菜煮 納豆とほうれん草	フルーツ
10	火	赤飯 鮭と野菜煮 豆腐とわかめのお汁	パンケーキ
11	水	豚肉と野菜のうどん ジャガイモとレバー バナナ	おにぎり
12	木	ごはん 鶏肉と野菜煮 かぼちゃのスープ	パンケーキ
13	金	ごはん 鯖と野菜煮 切り干し大根のみそ汁 オレンジ	おにぎり
14	土	お弁当	赤ちゃんせんべい
15	日		
16	月	ごはん 鯖と野菜煮 小松菜のみそ汁 オレンジ	コーンフレーク
17	火	ごはん 豚肉と野菜煮 かぼちゃ 豆腐のみそ汁	じゃが芋の茶巾
18	水	ごはん カレイとブロッコリー 豚汁	豆乳のお粥きなこ
19	木	ごはん 鶏ミンチのハンバーグ かぼちゃ 人参のみそ汁 りんご	パンケーキ
20	金		
21	土	豚肉と野菜の混ぜご飯 ほうれん草 さつま汁	紫芋チップ
22	日		
23	月	ごはん ハンバーグ きゅうり 豆乳スープ オレンジ	どら焼き
24	火	しらすごはん カレイと小松菜煮 そうめんのみそ汁	グリーンパンケーキ
25	水	ごはん 豚肉と野菜煮 ほうれん草のお汁	フルーツ
26	木	ごはん カレイと野菜煮 豆腐のみそ汁 りんご	にんじんおにぎり
27	金	ごはん 鮭と野菜煮 ジャガイモのみそ汁	紫芋チップ
28	土	牛肉と野菜の混ぜご飯 トマト バナナ	赤ちゃんせんべい
29	日		
30	月	ごはん 鶏肉と野菜煮 豆腐のお汁	コーンフレーク
31	火	ごはん 鯖と野菜煮 ジャガイモのみそ汁 バナナ	野菜焼き

