

2023年

7月

離乳食献立

日付	完了期	後期	中期	初期
1 土	牛乳 クラッカー	野菜リング	野菜リング	
	hamピラフ しゅうまい	しらすと野菜粥	しらすと野菜粥	
	ほうれん草の白和え もも	ほうれん草の白和え	ほうれん草の白和え	10倍粥 人参煮 ほうれん草の白和え
	春雨スープ	玉ねぎのスープ	玉ねぎのスープ	
3 月	牛乳 クッキー	きな粉ヨーグルト おせんべい	きな粉ヨーグルト おせんべい	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	チキンカレーライス ツナサラダ	5倍粥 柔らかか肉じゃが	7倍粥 柔らかか肉じゃが	
	フルーツポンチ	キャベツと人参和え	キャベツと人参煮	10倍粥 ブロッコリー煮 じゃがいもと人参煮
4 火	牛乳 スイカ ビスケット	バナナ ビスケット	バナナ ビスケット	
	麦茶 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	はんぺん焼き ごま塩ごはん	5倍粥 鶏ひき肉とかぼちゃ煮	7倍粥 鶏ひき肉とかぼちゃ煮	
	オクラの納豆和え パイン	ほうれん草と人参和え	ほうれん草と人参煮	10倍粥 大根煮 かぼちゃの白和え
5 水	牛乳 チヂミ	野菜おやき	野菜煮	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	七タそうめん タンドリーチキン	しらすと野菜そうめん バナナ	しらすと野菜そうめん バナナ	
	ブロッコリーと人参のマヨ和え バナナ	ブロッコリーと人参和え	ブロッコリーと人参煮	10倍粥 しらす煮 ブロッコリーと人参煮
6 木	牛乳 七タゼリー	ヨーグルト 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	
	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
	カレイのごま照り焼き ごはん	5倍粥 カレイ煮	7倍粥 カレイ煮	
	小松菜とちくわ炒め 冷やしトマト	小松菜とトマト和え	小松菜とトマト煮	10倍粥 カレイ煮 ほうれん草と人参煮
7 金	牛乳 マカロニきな粉	マカロニきな粉	マカロニのミルク煮	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	マーボー豆腐茄子 ごはん	5倍粥 スティック人参・きゅうり	7倍粥 ブロッコリーと人参煮	
	春雨サラダ みかん	鶏ひき肉と豆腐のみそ煮	鶏ひき肉と豆腐のみそ煮	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリーと人参煮
8 土	牛乳 えだ豆 ビスケット	野菜おやき	野菜煮	
	牛乳 クラッカー	野菜リング	野菜リング	
	豚肉の生姜焼き ごはん	5倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮	7倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮	
	かぼちゃの煮つけ パイン	かぼちゃ煮	かぼちゃ煮	10倍粥 かぼちゃ煮 しらすとほうれん草煮
10 月	牛乳 ウエハース おせんべい	マカロニきな粉	マカロニのミルク煮	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	切り干し大根のハンバーグ ごはん	5倍粥 豆腐ハンバーグ	7倍粥 豆腐ハンバーグ	
	ブロッコリーと人参のおかか和え みかん	ブロッコリーと人参和え	ブロッコリーと人参煮	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリーと人参煮
11 火	牛乳 冷やしたぬきうどん	野菜うどん	野菜うどん	
	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
	豚肉のキャベツのみそ炒め ごはん	5倍粥 スパゲティーサラダ	7倍粥 ほうれん草と人参煮	
	スパゲティーサラダ もも	鶏ひき肉と野菜のみそ煮	鶏ひき肉と野菜のみそ煮	10倍粥 人参煮 ほうれん草の白和え
12 水	牛乳 お麺ラスク	お麺ラスク	お麺のミルク煮	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	カレイ煮 ごはん	5倍粥 カレイ煮	7倍粥 カレイ煮	
	ほうれん草とトマトのツナサラダ パイン	ほうれん草とトマト和え	ほうれん草とトマト煮	10倍粥 カレイ煮 じゃがいもと人参煮
13 木	牛乳 おひさまゼリー 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	
	麦茶 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	肉じゃが ごはん	5倍粥 柔らかか肉じゃが	7倍粥 柔らかか肉じゃが	
	コールスローサラダ もも	キャベツと人参和え	キャベツと人参煮	10倍粥 じゃがいも煮 ブロッコリーと人参煮
14 金	牛乳 パンケーキ	ひとロパン	パン粥	
	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
	三色丼 ひじきの白和え	三色粥 かぼちゃ煮	三色粥 かぼちゃ煮	
	なすと油揚げのみそ汁 オレンジ	なすのみそ汁 オレンジ	なすのみそ汁 オレンジ	10倍粥 ほうれん草煮 かぼちゃの白和え
15 土	牛乳 たこ焼きポテト	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
	牛乳 クラッカー	おせんべい	おせんべい	
	ハヤシライス フルーチェ	5倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮	7倍粥 鶏ひき肉と玉ねぎ煮	
	ブロッコリーとベーコンのソテー	ほうれん草の白和え	ほうれん草の白和え	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリーとほうれん草煮
15 土	牛乳 ビスケット ミニゼリー	ビスケット 野菜リング	おせんべい 野菜リング	

18	火	牛乳 クリームサンドビスケット		ビスケット	おせんべい	
		なすのミートソーススパゲティ かぼちゃのサラダ ほうれん草とコーンのスープ	パイン	なすのミートソーススパゲティ かぼちゃのサラダ ほうれん草のスープ	7倍粥 ブロッコリーと人参煮 かぼちゃ煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 ほうれん草煮 人参とかぼちゃ煮
		牛乳 わかめおにぎり		野菜おじや	野菜おじや	
19	水	牛乳 おせんべい		おせんべい	おせんべい	
		カレイ煮 三色ナムル 豆腐となめこのみそ汁	ごはん もも	5倍粥 カレイ煮 ほうれん草と人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 ほうれん草と人参煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 カレイ煮 ほうれん草の白和え
		牛乳 彩りそうめん		野菜そうめん	野菜そうめん	
20	木	牛乳 おせんべい		おせんべい	おせんべい	
		豚肉のみそ焼き オクラと人参のおかか和え とうがん汁	ごはん みかん	5倍粥 かぼちゃ煮 鶏ひき肉と玉ねぎのみそ煮 ほうれん草のすまし汁	7倍粥 かぼちゃ煮 鶏ひき肉と玉ねぎのみそ煮 ほうれん草のすまし汁	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
		牛乳 とうもろこしパンケーキ		ひとロパン	パン粥	
21	金	麦茶 ビスケット		ビスケット	野菜リング	
		夏野菜カレーライス マカロニサラダ	牛乳 パイン	5倍粥 柔らか肉じゃが マカロニサラダ 玉ねぎのスープ	7倍粥 柔らか肉じゃが ブロッコリーと人参煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 じゃがいも煮 ブロッコリーと人参煮
		麦茶 ヨーグルト ウエハース		ヨーグルト ウエハース	ヨーグルト おせんべい	
22	土	牛乳 おせんべい		ビスケット	おせんべい	
		ひき肉チャーハン ほうれん草ともやしの中華和え	野菜スープ バナナ	しらすと野菜粥 野菜スープ ほうれん草と人参煮 バナナ	しらすと野菜粥 野菜スープ ほうれん草と人参煮 バナナ	10倍粥 人参煮 ほうれん草とかぼちゃ煮
		牛乳 パンケーキ		野菜リング おせんべい	野菜リング おせんべい	
24	月	牛乳 クラッカー		ビスケット	おせんべい	
		鶏肉の青のり焼き キャベツと人参のごま和え ほうれん草と油揚げのみそ汁	ごはん オレンジ	5倍粥 カレイ煮 オレンジ キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 オレンジ キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 カレイと人参煮
		牛乳 ジャムサンド		ひとロパン	パン粥	
25	火	麦茶 おせんべい		おせんべい	おせんべい	
		肉団子のスープ カミカミサラダ	えだ豆ごはん もも	5倍粥 肉団子のスープ スティック人参・きゅうり	7倍粥 肉団子のスープ かぼちゃ煮	10倍粥 ブロッコリー煮 かぼちゃ煮白和え
		牛乳 ヨーグルト 野菜リング		ヨーグルト 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	
26	水	牛乳 クリームサンドビスケット		おせんべい	おせんべい	
		カレイ煮 ちくわときゅうりの和え物 高野豆腐としめじのみそ汁	ごはん パイン	5倍粥 カレイ煮 ブロッコリーと人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 ブロッコリーと人参煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 カレイ煮 ブロッコリーと人参煮
		麦茶 フルーツパンケーキ		ひとロパン	パン粥	
27	木	牛乳 ビスケット		ビスケット	野菜リング	
		豚丼 キャベツともやしのみそ汁	ひじき煮 バナナ	鶏ひき肉粥 かぼちゃ煮 キャベツのみそ汁 バナナ	鶏ひき肉粥 かぼちゃ煮 キャベツのみそ汁 バナナ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
		牛乳 じゃがいも煮		じゃがいも煮	じゃがいも煮	
28	金	麦茶 おせんべい		おせんべい	おせんべい	
		デミグラスソースハンバーグ 冷やしトマト わかめとえのきのみそ汁	ごはん コーンバター もも	5倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーとトマト和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリーとトマト煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 ブロッコリー煮 かぼちゃの白和え
		牛乳 ひまわりゼリー	ビスケット	ヨーグルト ビスケット	ヨーグルト ビスケット	
29	土	牛乳 ビスケット		ビスケット	野菜リング	
		冷やし中華 バナナ	しゅうまい	5倍粥 しらすと野菜煮 かぼちゃ煮 バナナ	7倍粥 しらすと野菜煮 かぼちゃ煮 バナナ	10倍粥 かぼちゃ煮 しらすとほうれん草煮
		牛乳 えだ豆と鮭のおにぎり		野菜おじや	野菜おじや	
31	月	牛乳 ビスケット		ビスケット	おせんべい	
		ボークビーンズ ポテトサラダ なすと玉ねぎのみそ汁	ごはん パイン	5倍粥 ポテトサラダ 鶏ひき肉と豆のトマト煮 なすのみそ汁	7倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉と豆のトマト煮 なすのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 じゃがいもと人参煮
		牛乳 お好み焼き		野菜おやき	野菜煮	

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

