



《7月 離乳食献立表》



日付	給食			午後間食
	5~6ヶ月ごろ	7~8ヶ月ごろ	9~11ヶ月ごろ	9~11ヶ月ごろ
1 金	うどんのくたくた煮 (うどん、白身魚、たまねぎ、豆腐) 野菜のペースト (キャベツ、にんじん)	白身魚と野菜のやわらかうどん (うどん、白身魚、たまねぎ、豆腐) 野菜のやわらか煮 (キャベツ、にんじん)	鮭と野菜の煮込みうどん (うどん、鮭、たまねぎ、豆腐、しょうゆ) 野菜の煮物 (キャベツ、にんじん、ひじき、しょうゆ、砂糖)	バナナケーキ (小麦粉、砂糖、バナナ、ベーキングパウダー)
2 土	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、にんじん) こまつなのスープ (こまつな)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、にんじん、たまねぎ) こまつなのスープ (こまつな)	全がゆ(米) 牛肉と野菜の煮物 (牛肉、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖) こまつなのスープ (こまつな、食塩)	キャロットケーキ (小麦粉、砂糖、にんじん、ベーキングパウダー)
3	日曜日			
4 月	10倍がゆ(米) たまねぎのペースト (たまねぎ、じゃがいも) 野菜のスープ (キャベツ、ほうれん草) すりおろしりんご(りんご)	7倍がゆ(米) 鶏ひき肉と野菜のやわらか煮 (鶏ひき肉、なす、たまねぎ) 野菜のスープ (キャベツ、ほうれん草) りんごのコンポート(りんご)	全がゆ(米) 合いびき肉と野菜の煮物 (合いびき肉、なす、たまねぎ、しょうゆ、砂糖) 野菜のスープ (キャベツ、ほうれん草、食塩) スティックりんご(りんご)	かぼちゃ寒天 (かぼちゃ、砂糖、寒天)
5 火	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、きゅうり、にんじん、たまねぎ) 豆腐とこまつなのスープ (豆腐、こまつな)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、きゅうり、にんじん、たまねぎ) 豆腐とこまつなのスープ (豆腐、こまつな)	全がゆ(米) 白身魚と野菜の煮物 (白身魚、きゅうり、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖) 豆腐とこまつなのすまし汁 (豆腐、こまつな、しょうゆ)	シュガースティックトースト (食パン、砂糖)
6 水	10倍がゆ(米) ブロッコリーのペースト (ブロッコリー) 野菜のスープ (にんじん、たまねぎ)	7倍がゆ(米) 鶏ひき肉と野菜のやわらか煮 (鶏ひき肉、なす、ブロッコリー) 野菜のスープ (にんじん、たまねぎ)	全がゆ(米) 豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、なす、ブロッコリー、しょうゆ、砂糖) 野菜のすまし汁 (にんじん、たまねぎ、わかめ、しょうゆ)	プレーンケーキ (小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー)
7 木	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (にんじん、きゅうり、こまつな) たまねぎのスープ (たまねぎ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、にんじん、きゅうり、こまつな) たまねぎのスープ (たまねぎ)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、にんじん、きゅうり、こまつな、しょうゆ、砂糖) たまねぎの味噌汁 (たまねぎ、味噌)	すいか (すいか)
8 金	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、にんじん、たまねぎ) こまつなのスープ (こまつな)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、にんじん、たまねぎ) こまつなのスープ (こまつな)	全がゆ(米) 白身魚と野菜の煮物 (白身魚、にんじん、たまねぎ、ひじき、しょうゆ、砂糖) こまつなのすまし汁 (こまつな、麩、しょうゆ)	ケーキサレ (小麦粉、砂糖、たまねぎ、ブロッコリー、ベーキングパウダー)
9 土	うどんのくたくた煮 (うどん、キャベツ) 野菜のペースト (にんじん、じゃがいも)	鶏肉と野菜のやわらかうどん (うどん、鶏肉、キャベツ) 野菜のやわらか煮 (にんじん、じゃがいも)	豚肉と野菜の煮込みうどん (うどん、豚肉、キャベツ、しょうゆ) 野菜の煮物 (にんじん、じゃがいも、しょうゆ、砂糖)	プレーン蒸しパン (小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー)
10	日曜日			
11 月	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、キャベツ) 野菜のスープ (にんじん、こまつな)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、たまねぎ、キャベツ) 野菜のスープ (にんじん、こまつな) ヨーグルト(ヨーグルト)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、たまねぎ、キャベツ、しょうゆ、砂糖) 野菜のスープ (にんじん、こまつな、食塩) ヨーグルト(ヨーグルト、砂糖)	プレーンケーキ (小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー)
12 火	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (きゅうり、キャベツ) 野菜のスープ (にんじん、こまつな)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、きゅうり、キャベツ) 野菜のスープ (にんじん、こまつな)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、きゅうり、キャベツ、しょうゆ、砂糖) 野菜のスープ (にんじん、こまつな、食塩)	粉ふき芋 (じゃがいも、食塩)
13 水	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (きゅうり、かぼちゃ) 野菜のスープ (にんじん、こまつな)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、きゅうり、かぼちゃ) 野菜のスープ (にんじん、こまつな)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、きゅうり、かぼちゃ、ひじき、しょうゆ、砂糖) 野菜の味噌汁 (にんじん、こまつな、味噌)	プレーンクッキー (小麦粉、砂糖、油、ベーキングパウダー)
14 木	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、じゃがいも、にんじん) 野菜のスープ (たまねぎ、こまつな)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、じゃがいも、にんじん) 野菜のスープ (たまねぎ、こまつな)	全がゆ(米) 鮭と野菜の煮物 (鮭、じゃがいも、にんじん、ひじき、しょうゆ、砂糖) 野菜の味噌汁 (たまねぎ、こまつな、味噌)	お麩ラスク (麩、砂糖、油、きな粉)
15 金	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (にんじん、ほうれん草) 豆腐とじゃがいものスープ (豆腐、じゃがいも)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、にんじん、ほうれん草) 豆腐とじゃがいものスープ (豆腐、じゃがいも)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、にんじん、ほうれん草、しょうゆ、砂糖) 豆腐とじゃがいものスープ (豆腐、じゃがいも、食塩)	かぼちゃ寒天 (かぼちゃ、砂糖、寒天)

16 土	パンがゆ（食パン） 野菜のペースト （じゃがいも、たまねぎ） にんじんのスープ （にんじん） バナナペースト（バナナ）	パンがゆ（食パン） 鶏肉と野菜のやわらか煮 （鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、なす） にんじんのスープ （にんじん） バナナヨーグルト（バナナ、ヨーグルト）	スティックトースト（食パン） 鶏肉と野菜の煮物 （鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、なす、しょうゆ、砂糖） にんじんのスープ （にんじん、食塩） バナナヨーグルト（バナナ、ヨーグルト、砂糖）	ひじき粥 （米、ひじき、味噌）
17	日曜日			
18	月曜日・海の日			
19 火	10倍がゆ（米） 野菜のペースト （じゃがいも、にんじん） たまねぎのスープ （たまねぎ） オレンジ果汁（オレンジ）	7倍がゆ（米） 鶏ひき肉と野菜のやわらか煮 （鶏ひき肉、じゃがいも、にんじん） たまねぎのスープ （たまねぎ） コロコロオレンジ（オレンジ）	全がゆ（米） 豚ひき肉と野菜の煮物 （豚ひき肉、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、砂糖） たまねぎのスープ （たまねぎ、食塩） オレンジ（オレンジ）	シュガースティックトースト （食パン、砂糖）
20 水	10倍がゆ（米） 白身魚と野菜のペースト （白身魚、じゃがいも、にんじん） たまねぎのスープ （たまねぎ）	7倍がゆ（米） 白身魚と野菜のやわらか煮 （白身魚、じゃがいも、にんじん） 野菜のスープ （たまねぎ）	全がゆ（米） 白身魚と野菜の煮物 （白身魚、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、砂糖） 野菜のすまし汁 （たまねぎ、ひじき、食塩）	プレーンクッキー （小麦粉、砂糖、油、 ベーキングパウダー）
21 木	パンがゆ（食パン） 野菜のペースト （キャベツ、たまねぎ、きゅうり） 野菜のスープ （じゃがいも、にんじん）	パンがゆ（食パン） 鶏ひき肉と野菜のやわらか煮 （鶏ひき肉、キャベツ、たまねぎ、きゅうり） 野菜のスープ （じゃがいも、にんじん）	スティックトースト（食パン） 豚ひき肉と野菜の煮物 （豚ひき肉、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、しょうゆ、砂糖） 野菜のスープ （じゃがいも、にんじん、食塩）	おかか粥 （米、かつお節、しょうゆ）
22 金	10倍がゆ（米） 野菜のペースト （じゃがいも、ほうれん草、にんじん） たまねぎのスープ （たまねぎ）	7倍がゆ（米） 鶏肉と野菜のやわらか煮 （鶏肉、じゃがいも、ほうれん草、にんじん） たまねぎのスープ （たまねぎ）	全がゆ（米） 豚肉と野菜の煮物 （豚肉、じゃがいも、ほうれん草、にんじん、しょうゆ、砂糖） たまねぎの味噌汁 （たまねぎ、わかめ、味噌）	りんごヨーグルト （りんご、ヨーグルト、砂糖）
23 土	うどんのくたくた煮 （うどん、きゅうり） 野菜のペースト （ブロッコリー、にんじん）	鶏肉と野菜のやわらかうどん （うどん、鶏肉、きゅうり、トマト） 野菜のやわらか煮 （ブロッコリー、にんじん）	鶏肉と野菜の煮込みうどん （うどん、鶏肉、きゅうり、トマト、しょうゆ） 野菜の煮物 （ブロッコリー、にんじん、ひじき、しょうゆ、砂糖）	プレーンケーキ （小麦粉、砂糖、 ベーキングパウダー）
24	日曜日			
25 月	10倍がゆ（米） 野菜のペースト （たまねぎ、きゅうり） にんじんのスープ （にんじん）	7倍がゆ（米） 鶏肉と野菜のやわらか煮 （鶏肉、たまねぎ、きゅうり） にんじんのスープ （にんじん） コロコロすいか（すいか）	全がゆ（米） 牛肉と野菜の煮物 （牛肉、たまねぎ、きゅうり、切干大根、しょうゆ、砂糖） にんじんのスープ （にんじん、食塩） スティックスイカ（すいか）	かぼちゃ寒天 （かぼちゃ、寒天、砂糖）
26 火	10倍がゆ（米） 野菜のペースト （にんじん、きゅうり） チンゲン菜のスープ （チンゲン菜）	7倍がゆ（米） 鶏肉と野菜のやわらか煮 （鶏肉、にんじん、きゅうり） チンゲン菜のスープ （チンゲン菜）	全がゆ（米） 鶏肉と野菜の煮物 （鶏肉、にんじん、きゅうり、しょうゆ、砂糖） チンゲン菜のスープ （チンゲン菜、食塩）	シュガースティックトースト （食パン、砂糖） ベーキングパウダー）
27 水	10倍がゆ（米） 白身魚と野菜のペースト （白身魚、こまつな、にんじん） キャベツのスープ （キャベツ）	7倍がゆ（米） 白身魚と野菜のやわらか煮 （白身魚、こまつな、にんじん） キャベツのスープ （キャベツ）	全がゆ（米） 白身魚と野菜の煮物 （白身魚、こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖） キャベツの味噌汁 （キャベツ、わかめ、味噌）	プレーンクッキー （小麦粉、砂糖、油、 ベーキングパウダー）
28 木	10倍がゆ（米） 野菜のペースト （ブロッコリー、にんじん） 野菜のスープ （たまねぎ、キャベツ）	7倍がゆ（米） 鶏肉と野菜のやわらか煮 （鶏肉、ブロッコリー、にんじん） 野菜のスープ （たまねぎ、キャベツ）	全がゆ（米） 鶏肉と野菜の煮物 （鶏肉、ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、砂糖） 野菜のスープ （たまねぎ、キャベツ、食塩）	キャベツのお焼き （小麦粉、ベーキングパウダー、 豚肉、キャベツ、食塩）
29 金	10倍がゆ（米） 野菜のペースト （きゅうり、白菜、にんじん） 豆腐とこまつなのスープ （豆腐、こまつな）	7倍がゆ（米） 鶏ひき肉と野菜のやわらか煮 （鶏ひき肉、きゅうり、白菜、にんじん） 豆腐とこまつなのスープ （豆腐、こまつな）	全がゆ（米） 豚ひき肉と野菜の煮物 （豚ひき肉、きゅうり、白菜、にんじん、しょうゆ、砂糖） 豆腐とこまつなのスープ （豆腐、こまつな、食塩）	チーズスティックトースト （食パン、チーズ）
30 土	うどんのくたくた煮 （うどん、たまねぎ） 野菜のペースト （かぼちゃ、きゅうり）	鶏ひき肉と野菜のやわらかうどん （うどん、鶏ひき肉、たまねぎ） 野菜のやわらか煮 （かぼちゃ、きゅうり） ヨーグルト（ヨーグルト）	豚ひき肉と野菜の煮込みうどん （うどん、豚ひき肉、たまねぎ、しょうゆ） 野菜の煮物 （かぼちゃ、きゅうり、しょうゆ、砂糖） ヨーグルト（ヨーグルト、砂糖）	粉ふき芋 （じゃがいも、食塩）
※献立は離乳食一覧表をもとに作成しています。 ※離乳食の内容や進行は、ご家庭と連携をとりながらできる限り個別に対応していきますので、新しいものを口にしたときなど変更があった際は担任、 または栄養士までお知らせください。 ※12～18ヶ月ごろ（完了期）の内容は基本的に幼児食の内容と変わりません。揚げ物や硬すぎる物のみ同じ食材で煮物にするなど 12～18ヶ月ごろ（完了期）の子どもが食べられるように調理しております。詳しい食材については幼児食の献立表をご確認ください。				*午後間食は9～11ヶ月ごろ（後期）からの 提供を目安にしています。

1. 離乳食の進め方に関するお問い合わせは、お問い合わせ先へお問い合わせください。お問い合わせ先は、お問い合わせ先へお問い合わせください。
離乳食献立表には変更した箇所のみ記載させていただきます。
※味覚の発達を考え、9～11カ月ごろ（後期）から徐々に薄い味付けを行っております。