

## 7月離乳食予定献立表

いちご乳児保育園

日	曜日	離乳初期5～6ヶ月頃 (ゴックン期)	離乳中期7～8ヶ月頃 (モグモグ期)	離乳後期9～11ヶ月頃(午前) (カミカミ期)	離乳後期9～11ヶ月頃(午後) (カミカミ期)
1 ・ 15	金	つぶし粥 スープ ほうれん草煮つぶし かぼちゃ煮つぶし	粥 スープ 挽肉ほうれん草あんかけ煮 かぼちゃスティック煮	軟飯 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) さば照り焼き ほうれん草のサラダ キウイ	軟飯 味噌汁(ほうれん草) 南瓜玉ねぎ挽肉そぼろ煮 グレープフルーツ赤
2 ・ 16	土	つぶし粥 スープ キャベツ煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉キャベツあんかけ煮 人参スティック煮	北海味噌うどん 胡瓜ツナ和え バナナ	テーブルロール 麦茶 チーズ りんご
4	月	つぶし粥 スープ 白菜煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉白菜あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 豚汁 鶏肉のさっぱり煮 白菜とチンゲン菜のおひたし オレンジ	軟飯 すまし汁(チンゲン菜) 豆腐豚肉人参煮 キウイ
5 ・ 19	火	つぶし粥 スープ 人参煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	粥 スープ つぶし大豆人参あんかけ煮 ブロッコリー煮	軟飯 味噌汁(切干大根・舞茸) 大豆かき揚げ湯通し ブロッコリーのナムル パイナップル	軟飯 すまし汁(玉ねぎ) ほたてブロッコリー人参煮 りんご
6 ・ 20	水	つぶし粥 スープ かれい煮つぶし さつま芋煮つぶし	粥 スープ かれい玉ねぎあんかけ煮 さつま芋スティック煮	軟飯 味噌汁(生揚げ・玉ねぎ) かれいのごま焼き 春雨サラダ オレンジ	軟飯 すまし汁(もやし) かれいさつま芋煮 バナナ
7 ・ 21	木	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし 人参煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉玉ねぎあんかけ煮 人参スティック煮	軟飯 ドライカレー風(カレー粉抜き) 胡瓜とワカメの酢の物 麦茶 グレープフルーツ赤	トースト スープ(わかめ) 豚挽肉玉ねぎ人参煮 キウイ
8 ・ 22	金	つぶし粥 スープ ほうれん草煮つぶし 大根煮つぶし	粥 スープ ほっけほうれん草あんかけ煮 大根スティック煮	軟飯 味噌汁(大根・フノリ) ほっけの竜田揚げ湯通し ほうれん草納豆和え りんご	焼きうどん スープ(ほうれん草) オレンジ
9 ・ 23	土	つぶし粥 スープ かぼちゃ煮つぶし	粥 スープ 鶏挽肉人参あんかけ煮 かぼちゃ煮	わかめうどん かぼちゃのグラッセ風 キウイ	テーブルロール 麦茶 チーズ バナナ
11 ・ 25	月	つぶし粥 スープ トマト煮つぶし 大根煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉トマトあんかけ煮 大根スティック煮	軟飯 トマトシチュー 大根ツナ和え キウイ	軟飯 すまし汁(玉ねぎ) 大根人参豚肉炒め煮 オレンジ
12 ・ 26	火	パン粥 スープ キャベツ煮つぶし 人参煮つぶし	パン粥 スティックパン スープ 鮭キャベツあんかけ煮 人参スティック煮	テーブルロール ほうれん草ポタージュ 鮭のマヨネーズ焼き キャベツと人参のサラダ バナナ	味噌雑炊(白す干し・小松菜) さつま芋甘煮 キウイ
13 ・ 27	水	つぶし粥 スープ 玉ねぎ煮つぶし ブロッコリー煮つぶし	粥 スープ 納豆玉ねぎ煮 ブロッコリー煮	軟飯 味噌汁(小松菜・えのき) 炒め納豆 ブロッコリーおかか和え りんご	軟飯 すまし汁(人参) 小松菜玉ねぎ豚挽肉炒め煮 オレンジ
14 ・ 28	木	つぶし粥 スープ 豆腐煮つぶし 玉ねぎ煮つぶし	粥 スープ 豆腐玉ねぎあんかけ煮 果物	軟飯 味噌汁(水菜・麩) 豆腐ナゲット湯通し 人参含め煮 パイナップル	軟飯 すまし汁(玉ねぎ) 豆腐人参豚挽肉あんかけ煮 バナナ
29	金	つぶし粥 スープ 小松菜煮つぶし じゃが芋煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉小松菜あんかけ煮 じゃが芋スティック煮	軟飯 豆乳味噌汁(じゃが芋・人参) 豚肉の香味焼き 小松菜コーン和え キウイ	軟飯 すまし汁(小松菜) じゃが芋人参豚肉煮 グレープフルーツ赤
30	土	つぶし粥 スープ 人参煮つぶし	粥 スープ 豚挽肉玉ねぎあんかけ煮 人参スティック煮	ミートソーススパゲティ 胡瓜の醤油和え 麦茶 バナナ	テーブルロール 麦茶 チーズ りんご

