



R7年 7月 離乳食献立表《中期》

今川学園 園長 高野 員江

日	曜日	献立名		主 な 材 料	月	曜日	献立名		主 な 材 料
		主食	おかず				主食	おかず	
1	火	うどん	うどんの野菜煮 じゃが芋の煮物 玉ねぎのサラダ	うどん・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・小松菜・醤油・だし じゃが芋・三度豆・醤油・だし 玉ねぎ・人参・醤油・だし	17	木	軟飯	鰯と野菜の一緒煮 キャベツの土佐和え 南瓜とわかめのすまし汁	鰯・玉ねぎ・人参・三度豆・醤油・だし キャベツ・人参・かつお粉・醤油・だし 南瓜・わかめ・醤油・だし
2	水	軟飯	鶏ミンチの野菜煮 スパゲティサラダ 麩と小松菜のすまし汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・じゃが芋・白ねぎ・醤油・だし スパゲティ・きゅうり・人参・醤油・だし 麩・小松菜・醤油・だし	18	金	軟飯	鶏ミンチの野菜煮 キャベツのサラダ なすのみそ汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・醤油・だし キャベツ・人参・きゅうり・醤油・だし なす・ズッキーニ・醤油・だし
3	木	軟飯	鰯と野菜の一緒煮 大根のサラダ 玉ねぎと豆苗のみそ汁	鰯・キャベツ・玉ねぎ・人参・醤油・だし 大根・人参・醤油・だし 玉ねぎ・豆苗・みそ・だし	19	土	おじや	おじや	米・ツナ・小松菜・玉ねぎ・人参・醤油・だし
4	金	軟飯	ツナと野菜の味噌煮 ブロッコリーのサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	ツナ・玉ねぎ・人参・もやし・ニラ・醤油・だし ブロッコリー・人参・刻みのり・醤油・だし 豆腐・わかめ・醤油・だし	21	月	海の日		
5	土	おじや	おじや	米・ツナ・小松菜・玉ねぎ・人参・醤油・だし	22	火	軟飯	鶏ミンチの五目煮 ほうれん草の磯和え 豆腐とわかめのみそ汁	鶏ミンチ・大根・玉ねぎ・人参・醤油・だし ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・だし 豆腐・わかめ・みそ・だし
7	月	軟飯	鮭の野菜あんかけ ポテトサラダ そうめん汁	鮭・きゅうり・玉ねぎ・人参・醤油・だし じゃが芋・ブロッコリー・醤油・だし そうめん・ほうれん草・人参・醤油・だし	23	水	軟飯	鰯の煮つけ 三度豆の煮浸し 麩と小松菜のみそ汁	鰯・玉ねぎ・人参・ほうれん草・醤油・だし 三度豆・人参・醤油・だし 麩・小松菜・みそ・だし
8	火	軟飯	鶏ミンチの野菜煮 マカロニサラダ 水菜と玉ねぎのすまし汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・醤油・だし マカロニ・胡瓜・人参・醤油・だし 水菜・玉ねぎ・醤油・だし	24	木	軟飯	鶏ミンチの野菜煮 パプリカサラダ 白菜とトマトのすまし汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・醤油・だし パプリカ・ピーマン・三度豆・醤油・だし 白菜・トマト・醤油・だし
9	水	軟飯	鶏ミンチの野菜あんかけ 小松菜のサラダ 白菜とわかめのみそ汁	鶏ミンチ・かぼちゃ・じゃが芋・人参・醤油・だし 小松菜・人参・醤油・だし 白菜・わかめ・ねぎ・みそ・だし	25	金	うどん	うどんとツナの野菜煮 南瓜の煮物 ピーマンのおかか和え	うどん・ツナ・玉ねぎ・人参・小松菜・醤油・だし 南瓜・醤油・だし ピーマン・キャベツ・ツナ・かつお粉・醤油・だし
10	木	軟飯	鰯のケチャップ煮 ブロッコリーのごま和え キャベツと麩のすまし汁	鰯・豆腐・なす・人参・ねぎ・ケチャップ・だし ブロッコリー・人参・ごま・醤油・だし キャベツ・麩・ねぎ・醤油・だし	26	土	おじや	おじや	米・ツナ・豆腐・玉ねぎ・人参・ニラ・醤油・だし
11	金	軟飯	ツナと野菜のあんかけ きゅうりの磯和え 豆腐と小松菜のすまし汁	ツナ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・三度豆・醤油・だし きゅうり・人参・刻みのり・醤油・だし 豆腐・小松菜・醤油・だし	28	月	軟飯	ツナの野菜あんかけ ほうれん草のお浸し 大根とわかめのみそ汁	ツナ・玉ねぎ・人参・小松菜・醤油・だし ほうれん草・人参・醤油・だし 大根・わかめ・ねぎ・醤油・だし
12	土	おじや	おじや	米・ツナ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・醤油・だし	29	火	軟飯	鮭の野菜あんかけ キャベツの納豆和え 玉ねぎと麩のすまし汁	鮭・玉ねぎ・人参・三度豆・醤油・だし キャベツ・納豆・醤油・だし 玉ねぎ・麩・醤油・だし
14	月	軟飯	鶏ミンチの豆腐あんかけ 三度豆のごま和え 白菜と玉ねぎのみそ汁	鶏ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・もやし・ほうれん草・醤油・だし 三度豆・人参・ごま・醤油・だし 白菜・玉ねぎ・みそ・だし	30	水	軟飯	鶏ミンチの一緒煮 もやしのサラダ 冬瓜のすまし汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・ピーマン・醤油・だし もやし・きゅうり・人参・醤油・だし 冬瓜・人参・ねぎ・醤油・だし
15	火	うどん	うどんのみそ煮 ほうれん草のお浸し 小松菜と豆腐のすまし汁	うどん・ツナ・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・みそ・だし ほうれん草・人参・醤油・だし 小松菜・豆腐・醤油・だし	31	木	軟飯	肉じゃが ハリハリサラダ 白菜と豆腐のすまし汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・醤油・だし 大根・人参・三度豆・醤油・だし 白菜・豆腐・醤油・だし
16	水	軟飯	鶏ミンチのトマト煮 ブロッコリーの納豆サラダ ほうれん草と玉ねぎのすまし汁	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参・三度豆・トマト・醤油・だし 納豆・ブロッコリー・醤油・だし ほうれん草・玉ねぎ・醤油・だし	※必要に応じて片栗粉（とろみ付け）を使用する時があります。 ※離乳食は「かつおだし」を使用しています。				