

離乳食献立表 30年度 7がつ

献立担当 福井(もんもん) もんもん保育園 苗・マ

月齢	おかず	ごはん	離乳の時期により、左記の表を目安に、食事を進め、基本的にご家庭で使用した食品をベースに個々のアレルギーの有無を確認していただきます。月齢に合わせ、ご家庭での使用及び保育園への連絡をお願いいたします。食を食べやすく刻み薄味にしたもの・5～8ヶ月は	
5～6ヶ月	つぶし	10倍粥		
7～8ヶ月	あらつぶし	7倍粥・5倍粥・全粥		
9～11ヶ月	5mmキザミ	軟飯		
12ヶ月～18ヶ月	1cm 刻み	ご飯入り軟飯		
日付		12～18か月頃	9～11か月頃	7～8か月頃
2日(月) 30日(月)	昼	食パン スープ 鮭のバター焼き ブロッコリーサラダ	食パン スープ 鮭のバター焼き ボイルブロッコリー	パン粥 みそ汁 鮭の照り煮 ボイルブロッコリー
	タ	軟飯 みそ汁 豚肉とビーフンのカレー炒め 大豆の煮物	かゆ すまし汁 豚肉とビーフンの炒め煮 大豆の煮物	
3日(火) 17日(火)	昼	軟飯 みそ汁 お好み焼き風卵焼き オクラの和え物	かゆ みそ汁 卵焼き 野菜の煮浸し	かゆ みそ汁 煮魚 野菜の煮浸し
	タ	軟飯 すまし汁 肉じゃが 青梗菜ともやしの海苔酢和え	かゆ すまし汁 肉じゃが 青梗菜ともやしの煮浸し	
4日(水) 18日(水)	昼	枝豆入軟飯 みそ汁 白身魚の煮付け キャベツの梅おかか和え	かゆ みそ汁 白身魚の煮付け キャベツの煮浸し	かゆ みそ汁 白身魚の煮付け キャベツの煮浸し
	タ	軟飯 スープ チキンのマヨ焼き きゅうりとトマトのサラダ	かゆ スープ チキンのマヨ焼き きゅうりとトマトのサラダ	
5日(木) 19日(木)	昼	夏野菜カレー スープ	野菜のあんかけ粥 スープ	野菜のあんかけ粥 スープ
	タ	軟飯 みそ汁 ウィンナーと卵のソテー 切干大根ときゅうりのサラダ	かゆ みそ汁 卵のソテー 切干大根ときゅうりのサラダ	
6日(金)	昼	七夕そうめん 鶏肉の塩麴焼き 南瓜煮	七夕そうめん 鶏肉の塩麴焼き 南瓜煮	七夕そうめん 鶏肉の煮物 南瓜煮
	タ	軟飯 すまし汁 厚揚げのみそ炒め ブロッコリーのチーズ焼き	かゆ すまし汁 豆腐の味噌炒め煮 ボイルブロッコリー	
9日(月) 23日(月)	昼	軟飯 みそ汁 高野豆腐と鶏肉の焼き物 ひじきのサラダ	かゆ みそ汁 鶏肉団子 ほうれん草のお浸し	かゆ みそ汁 鶏肉団子 ほうれん草のお浸し
	タ	軟飯 すまし汁 マーボー豆腐	かゆ すまし汁 マーボー豆腐	
10日(火) 24日(火)	昼	軟飯 すまし汁 白身魚のパン粉焼き 春雨サラダ	かゆ すまし汁 白身魚のパン粉焼き きゅうりのサラダ	かゆ すまし汁 煮魚 きゅうりのサラダ
	タ	軟飯 みそ汁 スパニッシュオムレツ キャベツの昆布和え	かゆ みそ汁 スパニッシュオムレツ キャベツの和え物	
11日(水) 25日(水)	昼	食パン スープ ラタトゥイユ ゆでとうもろこし	食パン スープ ラタトゥイユ ボイルブロッコリー	パン粥 スープ 豆腐と野菜の煮物
	タ	軟飯 みそ汁 じゃが芋の小判焼き 大根サラダ	かゆ みそ汁 じゃが芋の小判焼き 大根サラダ	
12日(木) 26日(木)	昼	ビビンバ麺 スープ	あんかけうどん スープ	あんかけうどん スープ
	タ	軟飯 すまし汁 炒り豆腐 南瓜の素揚げ	かゆ すまし汁 炒り豆腐 蒸し南瓜	
13日(金) 27日(金)	昼	軟飯 みそ汁 鶏の照り焼き ブロッコリーとトマトのサラダ	かゆ みそ汁 鶏の照り焼き ブロッコリーとトマトのサラダ	かゆ みそ汁 鶏の照り煮 ボイルブロッコリー
	タ	軟飯 すまし汁 さわらのもやしあんかけ ポテトサラダ	かゆ すまし汁 さわらのもやしあんかけ ポテトサラダ	
20日(金) 31日(火)	昼	軟飯 すまし汁 和風卵焼き コロコロサラダ	かゆ すまし汁 和風卵焼き コロコロサラダ	かゆ すまし汁 煮魚 コロコロサラダ
	タ	軟飯 スープ チンジャオロース風 小松菜と油揚げの炒め煮	かゆ スープ チンジャオロース風 小松菜の炒め煮	

※ 都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。