

令和 5年 7月 離乳食献立表



		中期	後期
1 (土)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・きゅうりのそぼろ煮・大根煮浸し	・全粥・わかめスープ・ピーマンと豚肉の炒め物・大根サラダ
	午後		・ハイハイン
3 (月)	昼食	・7倍粥・すまし汁・豆腐の煮物・人参の煮浸し	・全粥・味噌汁・豆腐ステーキ・きゅうりのお浸し
	午後		・ヨーグルト
4 (火)	昼食	・7倍粥・すまし汁・じゃがいものそぼろあんかけ・小松菜の煮浸し	・全粥・すまし汁・豚肉の煮物・小松菜のお浸し
	午後		・じゃがいもスティック
5 (水)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・ひき肉と玉ねぎのだし煮・トマト煮	・全粥・ニラスープ・牛肉と野菜の旨煮・トマトサラダ
	午後		・ピーマン雑炊
6 (木)	昼食	・7倍粥・小松菜スープ・煮魚・かぼちゃの煮物	・全粥・味噌汁・煮魚・かぼちゃの甘煮
	午後		・ハイハイン
7 (金)	昼食	・7倍粥・大根スープ・豆腐の煮物・すいか	・全粥・大根スープ・豆腐の煮物・すいか
	午後		・にゅうめん
8 (土)	昼食	・7倍粥・すまし汁・じゃがいものそぼろ煮・ブロッコリー煮浸し	・全粥・とうもろこしのスープ・肉じゃが・ブロッコリーサラダ
	午後		・ハイハイン
10 (月)	昼食	・7倍粥・ほうれん草のスープ・豆腐の煮物・白菜の煮浸し	・全粥・ほうれん草のスープ・豆腐の煮物・白菜の和え物
	午後		・パン粥(食パン)
11 (火)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・小松菜の鶏ひき肉あんかけ・キャベツの煮浸し	・全粥・味噌汁・豚肉野菜炒め・キャベツサラダ
	午後		・じゃがいもスティック
12 (水)	昼食	・7倍粥・野菜スープ・煮魚・オレンジ	・全粥・野菜スープ・魚の彩り煮・オレンジ
	午後		・ブロッコリー粥
13 (木)	昼食	・7倍粥・なすのスープ・ほうれん草のそぼろあんかけ・じゃがいも煮	・全粥・なすのスープ・鶏肉の煮物・じゃがいもサラダ
	午後		・ハイハイン
14 (金)	昼食	・パン粥(食パン)・すまし汁・煮魚・かぼちゃ煮	・パン粥(食パン)・野菜スープ・煮魚・ピーマンのお浸し
	午後		・かぼちゃ粥
15 (土)	昼食	・7倍粥・キャベツのスープ・ヨーグルト・きゅうりの煮浸し	・全粥・キャベツのスープ・ヨーグルト・じゃがいも煮
	午後		・ハイハイン

		中期	後期
18 (火)	昼食	・7倍粥・大根スープ・豆腐の煮物・チンゲン菜煮浸し	・全粥・すまし汁・豆腐ステーキ・チンゲン菜のお浸し
	午後		・しらす雑炊
19 (水)	昼食	・7倍粥・ほうれん草のスープ・煮魚・キャベツの煮浸し	・全粥・ほうれん草のスープ・魚の旨煮・キャベツの和え物
	午後		・じゃがいもスティック
20 (木)	昼食	・7倍粥・すまし汁・魚の旨煮・さつまいもの煮物	・全粥・すまし汁・魚の味噌煮・さつまいもの煮物
	午後		・ハイハイン
21 (金)	昼食	・7倍粥・ブロッコリーのスープ・人参のしらすあんかけ・大根の旨煮	・全粥・ブロッコリーのスープ・納豆煮・大根サラダ
	午後		・バナナスティック
22 (土)	昼食	・煮込みうどん・じゃがいものそぼろ煮・なす煮	・煮込みうどん・豚肉野菜炒め・なす煮
	午後		・ハイハイン
24 (月)	昼食	・7倍粥・かぼちゃスープ・鶏肉ときゅうりの煮物・すいか	・全粥・かぼちゃスープ・ツナとキャベツの炒め煮・すいか
	午後		・パン粥(食パン)
25 (火)	昼食	・7倍粥・じゃがいものスープ・煮魚・小松菜の煮浸し	・全粥・味噌汁・煮魚・もやしの和え物
	午後		・じゃがいもスティック
26 (水)	昼食	・7倍粥・すまし汁・ひき肉と玉ねぎのだし煮・トマト煮	・全粥・オクラスープ・豚肉とピーマンの煮物・トマトサラダ
	午後		・ツナ粥
27 (木)	昼食	・パン粥(食パン)・野菜スープ・キャベツのそぼろ煮・大根の煮浸し	・パン粥(食パン)・アスパラスープ・牛肉炒め・大根サラダ
	午後		・ハイハイン
28 (金)	昼食	・7倍粥・人参スープ・煮魚・きゅうりの煮浸し	・全粥・すまし汁・魚の味噌煮・ひじき和え
	午後		・さといも煮
29 (土)	昼食	・7倍粥・小松菜スープ・キャベツのひき肉あんかけ・バナナ	・全粥・小松菜スープ・豚肉野菜炒め・バナナ
	午後		・ハイハイン
31 (月)	昼食	・7倍粥・トマトスープ・豆腐の煮物・ブロッコリー煮浸し	・全粥・トマトスープ・豆腐の煮物・きゅうりのお浸し
	午後		・ブロッコリー粥