



離乳食中期 献立表

令和 7年10月

株式会社りぼん

日付	献立名	食品名
	昼食	
1 (水)	7倍粥・カレイの煮物・豆腐のすまし汁	・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・かぼちゃ
2 (木)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・大根のすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉
3 (金)	7倍粥・鶏肉の煮物・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・水
4 (土)	7倍粥・しらすとほうれん草の煮物・キャベツのすまし汁	・米・しらす干し・たまねぎ・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
6 (月)	鶏肉と野菜の雑炊・じゃがいもスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・じゃがいも
7 (火)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・大根スープ	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・にんじん
8 (水)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・小松菜のすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな
9 (木)	7倍粥・しらすと白菜の煮物・豆腐のすまし汁	・米・しらす干し・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・たまねぎ
10 (金)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ブロッコリー
11 (土)	鶏そうすい・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・ほうれんそう
14 (火)	7倍粥・鶏肉の煮物・かぼちゃスープ	・米・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
15 (水)	7倍粥・カレイと玉ねぎの煮物・キャベツスープ	・米・まがれい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ
16 (木)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・大根スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・薄口しょうゆ・片栗粉・だいこん
17 (金)	7倍粥・鮭の煮物・トマトスープ	・米・さけ・たまねぎ・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・ホールトマト
18 (土)	煮込みうどん・かぼちゃの煮物	・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・かぼちゃ
20 (月)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・にんじん
21 (火)	7倍粥・タラの煮物・けんちん汁	・米・たら・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・鶏ひき肉・だいこん
22 (水)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・ポトフ風スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも・たまねぎ・にんじん
23 (木)	7倍粥・しらすと玉ねぎの煮物・豆腐スープ	・米・しらす干し・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・キャベツ
24 (金)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・にんじんスープ	・米・鶏ひき肉・かぼちゃ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん・たまねぎ
25 (土)	しらす雑炊・キャベツスープ	・米・しらす干し・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・キャベツ
27 (月)	鶏そうすい・豆腐スープ	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・絹ごし豆腐
28 (火)	7倍粥・たら煮の煮物・大根スープ	・米・たら・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・にんじん
29 (水)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎのうま煮・白菜スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・はくさい
30 (木)	7倍粥・カレイの煮物・チンゲン菜スープ	・米・まがれい・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ
31 (金)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・かぼちゃ・じゃがいも・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・たまねぎ