

離乳食献立表

2017年 7月



菊名愛児園
園長 金田みどり

		午 前			
目安		7~8か月頃 (モグモグ期)	主な材料	9~11か月頃 (カミカミ期)	主な材料
		11時~11時30分			
1	土	五目雑炊 野菜スープ	米 鶏ささみ挽肉 人参 長ねぎ ほうれん草	五目雑炊 野菜スープ	米 鶏ささみ挽肉 人参 長ねぎ ほうれん草
3	月	7倍粥 野菜スープ 豆腐と野菜の薄くず煮	米 豆腐 鶏ささみ挽肉 長ねぎ 人参 ほうれん草	おかゆ 味噌汁 豆腐のそぼろ煮 大根スティック	米 キャベツ 豆腐 鶏ささみ挽肉 長ねぎ 人参 ほうれん草 大根
4	火	7倍粥 野菜スープ しらすと野菜の薄くず煮	米 しらす 人参 さつま芋 長ねぎ	おかゆ 野菜スープ しらすの薄くず煮 胡瓜スティック	米 しらす 人参 さつま芋 長ねぎ 胡瓜
5	水	7倍粥 野菜スープ カレイと野菜の薄くず煮	米 カレイ 玉ねぎ 人参 キャベツ	おかゆ 野菜スープ カレイの煮付け サラダ	米 カレイ キャベツ 人参 胡瓜 キャベツ
6	木	7倍粥 野菜スープ 豆腐と野菜の薄くず煮	米 豆腐 鶏ささみ挽肉 人参 長ねぎ キャベツ	おかゆ 野菜スープ 豆腐のそぼろ煮 和え物	米 豆腐 鶏ささみ挽肉 人参 長ねぎ キャベツ 胡瓜
7	金	7倍粥 野菜スープ 鶏肉と野菜の薄くず煮	米 鶏ささみ挽肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー	おかゆ 野菜スープ 鶏肉の薄くず煮 胡瓜スティック	米 鶏ささみ挽肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー 胡瓜
8	土	五目雑炊 野菜スープ	米 しらす 人参 ほうれん草 玉ねぎ	五目雑炊 野菜スープ	米 しらす 人参 ほうれん草 玉ねぎ
10	月	煮込みうどん 野菜スープ	うどん 鶏ささみ挽肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草	煮込みうどん 野菜スープ 白和え	うどん 鶏肉ささみ挽肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 キャベツ 豆腐
11	火	7倍粥 野菜スープ しらすと野菜の薄くず煮	米 しらす 豆腐 長ねぎ 人参 小松菜	おかゆ 味噌汁 しらすの薄くず煮 人参スティック	米 しらす 豆腐 長ねぎ 小松菜 人参
12	水	煮込みうどん 野菜スープ	米 鶏ささみ挽肉 人参 玉ねぎ ほうれん草	煮込みうどん 野菜スープ 胡瓜スティック	米 鶏ささみ挽肉 人参 玉ねぎ ほうれん草 胡瓜
13	木	7倍粥 野菜スープ 高野豆腐の薄くず煮	米 高野豆腐 人参 長ねぎ キャベツ	おかゆ 野菜スープ 高野豆腐の薄くず煮 サラダ	米 高野豆腐 人参 長ねぎ キャベツ 胡瓜 ひじき
14	金	7倍粥 野菜スープ カレイと野菜の薄くず煮	米 カレイ キャベツ 人参 ほうれん草	おかゆ 味噌汁 カレイの煮付け 和え物	米 麩 カレイ 胡瓜 キャベツ 人参
15	土	五目雑炊 野菜スープ	米 鶏ささみ挽肉 人参 ほうれん草 キャベツ	五目雑炊 野菜スープ	米 鶏ささみ挽肉 人参 ほうれん草 キャベツ

◎都合により変更することがありますのでご了承ください

担当: 稻積