

## 2024年7月 離乳食献立表

	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
1日 29日 (月)	お粥ペースト たい,ブロッコリー,人参ペースト だしスープ(きゅうり,玉ねぎ) バナナペースト	お粥 たい,ブロッコリー,人参煮 だしスープ(きゅうり,玉ねぎ) バナナ	軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉,ブロッコリー煮 ひじき,人参煮(醤油) みそ汁(玉ねぎ) バナナ	軟飯 鶏肉のマーマレード焼き ひじきのごまサラダ みそ汁(なめこ抜き) バナナ
		にゅうめん(白菜,人参,みそ) 小松菜,なす煮	にゅうめん(白菜,人参,みそ) 小松菜,なす煮	チーズ蒸しパン 牛乳
2日 16日 (火)	お粥ペースト しらす,かぼちゃ,大根ペースト だしスープ(玉ねぎ,人参) オレンジ果汁	お粥 しらす,かぼちゃ,大根煮 だしスープ(玉ねぎ,人参) オレンジ	軟飯(お粥+軟飯) 豚肉,かぼちゃ煮 もやし,人参の青のり和え(醤油) みそ汁(大根,玉ねぎ) オレンジ	軟飯 豚肉と野菜の炒め物(しょうが抜き) もやしのおかか和え(竹輪,塩昆布抜き) みそ汁 メロン
		ツナ粥(人参) じゃが芋,ブロッコリー煮	ツナ粥(人参,醤油) じゃが芋,ブロッコリー煮	じゃが芋のガレット 牛乳
3日 17日 (水)	お粥ペースト 高野豆腐,ほうれん草,人参ペースト だしスープ(じゃが芋,玉ねぎ) オレンジ果汁	お粥 高野豆腐,ほうれん草,人参煮 だしスープ(じゃが芋,玉ねぎ) オレンジ	軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉,ほうれん草,パプリカ煮 すまし汁(じゃが芋,玉ねぎ) オレンジ	軟飯 夏野菜ポトフ(カレールウ抜き) ポテトサラダ コンソメスープ オレンジ
		おじや(なす) 玉ねぎ,人参煮	おじや(なす,人参,みそ) オクラ,玉ねぎ煮	牛乳寒天 牛乳
4日 18日 (木)	パン粥ペースト(調整粉乳) カレイ,キャベツ,ブロッコリーペースト だしスープ(大根,人参) バナナペースト	パン粥(調整粉乳) カレイ,キャベツ,ブロッコリー煮 だしスープ(大根,人参) バナナ	スティックパン カレイのてりやき キャベツ,ブロッコリー煮 だしスープ(大根,人参) バナナ	食パン カレイのてりやき 大根サラダ ミネストローネ バナナ
		しらす粥(人参) きゅうり,小松菜煮	しらす粥(人参) きゅうり,小松菜煮	しらすチャーハン(竹輪抜き) 麦茶
5日 (金)	お粥ペースト 豆腐,さつま芋,人参ペースト だしスープ(ほうれん草,玉ねぎ) オレンジ果汁	お粥 豆腐,さつま芋,人参煮 だしスープ(ほうれん草,玉ねぎ) スイカ	軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉,人参煮 オクラと玉ねぎのおかか和え(醤油) みそ汁(ほうれん草,豆腐) スイカ	七たちらし 鶏肉の塩焼き(塩麹抜き) ブロッコリーのごま和え すまし汁 スイカ
		おじや(白菜,人参) トマト,玉ねぎ煮	おじや(白菜,人参,みそ) トマト,玉ねぎ煮	セタマフィン(もも缶,バイン缶,生クリーム抜き) 牛乳
19日 (金)	お粥ペースト 豆腐,じゃが芋,人参ペースト だしスープ(ほうれん草,玉ねぎ) オレンジ果汁	お粥 豆腐,じゃが芋,人参煮 だしスープ(ほうれん草,玉ねぎ) オレンジ	軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉,じゃが芋,人参煮 すまし汁(ほうれん草,玉ねぎ) オレンジ	軟飯 鶏肉のあおりの炒め(にんにく抜き) 白菜のおかか和え(竹輪,塩昆布抜き) みそ汁 オレンジ
		うどん(白菜,人参,みそ) きゅうり,かぼちゃ煮	うどん(白菜,人参,みそ) きゅうり,かぼちゃ煮	ケーキ(レモン抜き) 牛乳
6日 20日 (土)	お粥ペースト しらす,キャベツ,人参ペースト だしスープ(玉ねぎ) バナナペースト	お粥 しらす,キャベツ,人参煮 だしスープ(玉ねぎ) バナナ	軟飯(お粥+軟飯) 豚ひき肉,キャベツ,人参煮 みそ汁(玉ねぎ,いんげん) バナナ	厚揚げそぼろ丼 キャベツの和え物(ゆかり抜き) みそ汁 バナナ
		おじや(なす,人参) 小松菜,玉ねぎ煮	おじや(なす,人参,醤油) 小松菜,玉ねぎ煮	いそベマカロニ 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆完了期の朝おやつのはビスケットとせんべいはハイハインとなります。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。

## 2024年7月 離乳食献立表

	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
8日 22日 (月)	お粥ペースト しらす,ほうれん草,人参ペースト だしスープ(玉ねぎ) オレンジ果汁	お粥 しらす,ほうれん草,トマト煮 だしスープ(玉ねぎ,人参) オレンジ	軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉,トマト煮 ほうれん草,もやし,のり和え(醤油) すまし汁(玉ねぎ,人参) オレンジ	軟飯 鶏じゃが煮 ほうれん草とトマトのサラダ みそ汁 オレンジ
		ツナ粥(じゃが芋) 大根,人参煮	ツナ粥(じゃが芋,みそ) 大根,人参煮	麵ラスク 牛乳
9日 23日 (火)	お粥ペースト たい,ブロッコリー,人参ペースト だしスープ(大根) オレンジ果汁	お粥 たい,ブロッコリー,人参煮 だしスープ(大根,なす) ヨーグルト	軟飯(お粥+軟飯) たい,ブロッコリー,人参煮 みそ汁(大根,なす) ヨーグルト	軟飯 さばのてり焼き 大根の煮物(切干大根⇒大根・さつま揚げ抜き) みそ汁 みかんヨーグルト
		パン粥(調整粉乳) 小松菜,玉ねぎ,人参煮	スティックパン 小松菜,玉ねぎ,人参煮	ごまクッキー 牛乳
10日 31日 (水)	うどんペースト 豆腐,ブロッコリー,人参ペースト だしスープ(さつま芋) バナナペースト	うどん(ささみ,人参,醤油) 玉ねぎ,ブロッコリー,さつま芋煮 バナナ	うどん(ささみ,人参,醤油) 玉ねぎ,ブロッコリー煮 さつま芋のきなこ和え バナナ	ジャージャーうどん(にんにく,しょうが抜き) さつま芋のカレーマヨ焼き わかめスープ バナナ
		しらす粥(白菜) きゅうり,人参煮	しらす粥(白菜) きゅうり,人参煮	おほかおにぎり(梅抜き) 麦茶
24日 (水)	お粥ペースト 高野豆腐,ほうれん草,人参ペースト だしスープ(じゃが芋,ブロッコリー) バナナペースト	お粥 高野豆腐,ブロッコリー,人参煮 だしスープ(じゃが芋,ほうれん草) スイカ	軟飯(お粥+軟飯) 豚肉,ブロッコリー,人参煮 みそ汁(じゃが芋,ほうれん草) スイカ	塩やきそば(中濃ソース抜き) 鶏肉のてりやき(にんにく,しょうが抜き) 茹でとうもろこし&スティックきゅうり 中華スープ スイカ
		しらす粥(玉ねぎ) キャベツ,人参煮	しらす粥(玉ねぎ) キャベツ,人参煮	じゃがバター 牛乳
11日 25日 (木)	お粥ペースト カレイ,ブロッコリー,人参ペースト だしスープ(大根) オレンジ果汁	お粥 カレイ,ブロッコリー,人参煮 だしスープ(大根) オレンジ	軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉,ブロッコリー,人参煮 すまし汁(大根) オレンジ	軟飯 鶏肉のみそ焼き 小松菜の炒めもの(竹輪,にんにく抜き) すまし汁 オレンジ
		パン粥(調整粉乳) 白菜,小松菜,人参煮	シュガートースト 白菜,小松菜,人参煮	シュガートースト 牛乳
12日 26日 (金)	お粥ペースト しらす,ほうれん草,かぼちゃペースト だしスープ(キャベツ,人参) バナナペースト	お粥 しらす,かぼちゃ煮 納豆和え(ほうれん草,醤油) だしスープ(キャベツ,人参) バナナ	軟飯(お粥+軟飯) 豚ひき肉,かぼちゃ煮 納豆和え(ほうれん草,醤油) みそ汁(キャベツ,人参) バナナ	納豆ビビンバ かぼちゃのごま煮 みそ汁 バナナ
		おじや(玉ねぎ,人参) トマト,かぶ煮	おじや(玉ねぎ,人参,醤油) トマト,かぶ煮	ビーフソテー(ベーコン抜き) 麦茶
13日 27日 (土)	お粥ペースト 豆腐,きゅうり,人参ペースト だしスープ(大根) オレンジ果汁	お粥 豆腐,きゅうり,人参煮 だしスープ(大根) オレンジ	軟飯(お粥+軟飯) 豚肉,きゅうり,人参煮 みそ汁(大根) オレンジ	軟飯 豚肉と大根のうま煮 白菜の和えもの(塩昆布ぬぎ) みそ汁 オレンジ
		おじや(小松菜,玉ねぎ) 白菜,人参煮	おじや(小松菜,玉ねぎ,みそ) 白菜,人参煮	トマトチーズクラッカー 牛乳
30日 (火)	お粥ペースト カレイ,ブロッコリー,人参ペースト だしスープ(ほうれん草,玉ねぎ) オレンジ果汁	お粥 カレイ,ブロッコリー,人参煮 だしスープ(ほうれん草,玉ねぎ) オレンジ	軟飯(お粥+軟飯) さけのすりごま焼き ブロッコリー,人参煮 すまし汁(ほうれん草,玉ねぎ) デラウェア	軟飯 さけのすりごま焼き 鶏肉と冬瓜のうま塩煮 みそ汁 デラウェア
		おじや(キャベツ,玉ねぎ) なす,人参煮	おじや(キャベツ,玉ねぎ,醤油) なす,人参煮	お楽しみフルーツポンチ(パイン缶抜き) 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

☆幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆完了期の朝おやつビスケットとせんべいはハイハイとなります。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。