

2022年度 7月 離乳食予定献立表

		1回食(5・6か月)	2回食(7～9か月)			1回食(5・6か月)	2回食(7～9か月)
1 15 29 (金)	午前		7倍がゆ→全がゆ たらキャベツ煮 かぼちゃ煮 みそ汁	8 22 (金)	午前		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 じゃが芋煮 みそ汁
	午後		7倍がゆ→全がゆ 高野豆腐みそ煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ ツナ野菜煮 くだもの 野菜スープ
2 16 30 (土)	午前		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 にんじん煮 みそ汁	9 23 (土)	午前		7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 かぼちゃ煮 スープ
	午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ
4 (月)	午前		7倍がゆ→全がゆ たら野菜煮 さつま芋煮 みそ汁	11 25 (月)	午前		7倍がゆ→全がゆ 鮭野菜煮 じゃが芋煮 みそ汁
	午後		7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ
5 19 (火)	午前		7倍がゆ→全がゆ しらすみそ煮 かぶ煮 みそ汁	12 26 (火)	午前		7倍がゆ→全がゆ 豆腐みそ煮 かぶ煮 コーンスープ
	午後		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ
6 20 (水)	午前		7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 かぼちゃ煮 冬瓜スープ	13 27 (水)	午前		7倍がゆ→全がゆ たら野菜煮 かぼちゃ煮 みそ汁
	午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ
7 21 (木)	午前		7倍がゆ→全がゆ たら野菜煮 ブロッコリー煮 すまし汁	14 28 (木)	午前		7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 ブロッコリー煮 みそ汁
	午後		7倍がゆ→全がゆ 高野豆腐やさい煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ

*離乳食に使用している食材 鮭一北海道産、
たら一北海道産、
かじき一和歌山県産
くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

★☆今月のくだもの☆★
バナナ、すいか、メロン、みかん、ぶどう

2022年度 7月 離乳食予定献立表

		3回食(10~12か月)	完了前期食(13~15か月)			3回食(10~12か月)	完了前期食(13~15か月)
1 15 29 (金)	午前	全がゆ→軟飯 たらキャベツ煮 かぼちゃ煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 鶏肉団子のさっぱり煮 かぼちゃ揚げ ごま和え	8 22 (金)	午前	全がゆ→軟飯 納豆野菜煮 じゃが芋煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 ハンバーグ ひじき煮 納豆和え
	午後	おにぎり 高野豆腐みそ煮 くだもの 野菜スープ	おやぎつねおにぎり 野菜スティック くだもの 野菜スープ		午後	おにぎり ツナ野菜煮 くだもの 野菜スープ	ツナおにぎり 野菜スティック くだもの 野菜スープ
2 16 30 (土)	午前	全がゆ→軟飯 納豆野菜煮 にんじん煮 みそ汁	納豆ひき肉丼 みそ汁 やわらか野菜の ピクルス	9 23 (土)	午前	全がゆ→軟飯 しらす野菜煮 かぼちゃ煮 スープ	しらすチャーハン スープ かぼちゃ煮
	午後	トースト おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	シュガートースト レーズン くだもの 野菜スープ		午後	おにぎり おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	ホットケーキ くだもの 野菜スープ
4 (月)	午前	全がゆ→軟飯 たら野菜煮 さつま芋煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 かじきチャップ 揚げナスのみそ和え ゆかり和え	11 25 (月)	午前	全がゆ→軟飯 鮭野菜煮 じゃが芋煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 しゃけみそ焼き ココロサラダ
	午後	のりおにぎり 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ	レーズンスコーン せんべい くだもの 野菜スープ		午後	おにぎり 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	豆腐ドーナツ レーズン くだもの 野菜スープ
5 19 (火)	午前	全がゆ→軟飯 しらすみそ煮 かぶ煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 豚肉と野菜のごま炒め ツナサラダ	12 26 (火)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐みそ煮 かぶ煮 コーンスープ	キーマカレー コーンスープ やわらか野菜の ピクルス
	午後	トースト 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	ジャムサンド クラッカー くだもの 野菜スープ		午後	フレンチトースト おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	フレンチトースト クラッカー くだもの 野菜スープ
6 20 (水)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐野菜煮 かぼちゃ煮 冬瓜スープ	軟飯 冬瓜スープ 豆腐のミートグラタン マカロニサラダ	13 27 (水)	午前	全がゆ→軟飯 たら野菜煮 かぼちゃ煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 あじフライ かぼちゃ煮 トマト
	午後	じゃが芋おやき おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	じゃがバター レーズン くだもの 野菜スープ		午後	おにぎり 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	おにぎり んべい くだもの 野菜スープ
7 21 (木)	午前	全がゆ→軟飯 たら野菜煮 ブロッコリー煮 すまし汁	わかめ軟飯 すまし汁 夏野菜ふわふわ揚げ ごま和え 切干煮	14 28 (木)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐野菜煮 ブロッコリー煮 みそ汁	ゆかり軟飯 みそ汁 豆腐チャンプルー おくらおかか和え
	午後	トースト 高野豆腐やさしい煮 くだもの 野菜スープ	ココロラスク クラッカー くだもの 野菜スープ		午後	マカロニきなこ しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ	マカロニきなこ 煮豆 くだもの 野菜スープ

*離乳食に使用している食材
 鮭—北海道産、たら—北海道産
 あじ—長崎県産、かじき—和歌山県産
 くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

☆この他に野菜スティックが付きます。
 ☆完了前期食には毎食牛乳(温)が付きます。
 ★☆今月のくだもの☆☆
 バナナ、すいか、メロン、みかん、ぶどう