



離乳食献立予定表



	後期	中期	初期
7/1 (火)	鮭の野菜煮 (鮭、大根、玉ねぎ、かぼちゃ) キャベツサラダ (キャベツ、コーン、人参、きゅうり、マヨドレ) すまし汁 (玉ねぎ、大根、小松菜)、バナナ	鮭の野菜煮 (鮭、大根、玉ねぎ、かぼちゃ) キャベツ煮 (キャベツ、人参、きゅうり) すまし汁 (玉ねぎ、大根、小松菜)、バナナ	かぼちゃ
7/2 (水)	お魚団子 (タイ、さつまい芋、玉ねぎ、人参) 小松菜と人参煮 (小松菜、人参、もやし、花かつお) トマトスープ (トマト、玉ねぎ、大根)、バナナ	タイと野菜煮 (タイ、さつまい芋、玉ねぎ、人参) 小松菜と人参煮 (小松菜、人参、もやし) トマトスープ (トマト、玉ねぎ、大根)、バナナ	さつまい芋
7/3 (木)	豆腐ハンバーグ (豆腐、玉ねぎ、人参、ほうれん草) さつまい芋とかぼちゃとブロッコリー煮 (さつまい芋、かぼちゃ、ブロッコリー) みそ汁 (玉ねぎ、キャベツ、しめじ、みそ)、バナナ	豆腐と野菜煮 (豆腐、玉ねぎ、人参、ほうれん草) さつまい芋とかぼちゃとブロッコリー煮 (さつまい芋、かぼちゃ、ブロッコリー) みそ汁 (玉ねぎ、キャベツ、しめじ、みそ)、バナナ	玉ねぎ
7/4 (金)	鶏肉のケチャップ煮 (鶏肉、玉ねぎ、かぼちゃ、なす、ケチャップ) 青菜のサラダ (ほうれん草、人参、きゅうり、マヨドレ) すまし汁 (玉ねぎ、人参、大根)、バナナ	鶏ミンチのケチャップ煮 (鶏ミンチ、玉ねぎ、かぼちゃ、なす、ケチャップ) 青菜煮 (ほうれん草、人参、きゅうり) すまし汁 (玉ねぎ、人参、大根)、バナナ	小松菜
7/5 (土)	おじや (米、鶏ミンチ、大根、玉ねぎ、なす) かぼちゃの煮物 (かぼちゃ、玉ねぎ、人参) バナナ	おじや (米、鶏ミンチ、大根、玉ねぎ、なす) かぼちゃの煮物 (かぼちゃ、玉ねぎ、人参) バナナ	人参
7/7 (月)	煮込みそうめん (冷麦、鶏ミンチ、じゃがいも、白菜、人参) オクラサラダ (オクラ、人参、きゅうり、マヨドレ) バナナ	煮込みそうめん (冷麦、鶏ミンチ、じゃがいも、白菜、人参) オクラ煮 (オクラ、人参、きゅうり) バナナ	人参
7/8 (火)	鶏肉の野菜煮 (鶏肉、白菜、玉ねぎ、人参) ポテトサラダ (じゃが芋、きゅうり、人参、マヨドレ) トマトスープ (トマト、キャベツ、大根)、バナナ	鶏ミンチの野菜煮 (鶏ミンチ、白菜、玉ねぎ、人参) じゃが芋煮 (じゃが芋、きゅうり、人参) トマトスープ (トマト、キャベツ、大根)、バナナ	じゃが芋
7/9 (水)	鮭と野菜のみそ煮 (鮭、大根、白菜、なす、みそ) ひじきの煮物 (ひじき、人参、さつまい芋、大豆、玉ねぎ) すまし汁 (玉ねぎ、人参、しめじ)、バナナ	鮭と野菜のみそ煮 (鮭、大根、白菜、なす、みそ) ひじきの煮物 (ひじき、人参、さつまい芋、玉ねぎ) すまし汁 (玉ねぎ、人参、しめじ)、バナナ	玉ねぎ
7/10 (木)	鶏ミンチとじゃが芋のトロトロ煮 (鶏ミンチ、じゃがいも、人参、なす) ブロッコリーと人参煮 (ブロッコリー、人参) スープ (かぼちゃ、玉ねぎ、キャベツ)、バナナ	鶏ミンチとじゃが芋のトロトロ煮 (鶏ミンチ、じゃがいも、人参、なす) ブロッコリーと人参煮 (ブロッコリー、人参) スープ (かぼちゃ、玉ねぎ、キャベツ)、バナナ	キャベツ
7/11 (金)	お魚ハンバーグ (タイ、玉ねぎ、かぼちゃ、キャベツ) 青菜のキノコ煮 (ほうれん草、小松菜、人参、しめじ、えのき) じゃが芋スープ (じゃが芋、玉ねぎ)、バナナ	タイの煮物 (タイ、玉ねぎ、かぼちゃ、キャベツ) 青菜のキノコ煮 (ほうれん草、小松菜、人参、しめじ、えのき) じゃが芋スープ (じゃが芋、玉ねぎ)、バナナ	じゃが芋
7/12 (土)	おじや (米、鶏ミンチ、玉ねぎ、しめじ、人参) キャベツと人参と大根煮 (キャベツ、人参、大根) バナナ	おじや (米、鶏ミンチ、玉ねぎ、しめじ、人参) キャベツと人参と大根煮 (キャベツ、人参、大根) バナナ	玉ねぎ
7/14 (月)	鶏の野菜煮 (鶏肉、玉ねぎ、人参、さつまい芋) 大根サラダ (大根、人参、白菜、マヨドレ) すまし汁 (玉ねぎ、キャベツ、えのき)、バナナ	鶏ミンチの野菜煮 (鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、さつまい芋) 大根煮 (大根、人参、白菜) すまし汁 (玉ねぎ、キャベツ、えのき)、バナナ	さつまい芋