

令和7年4月

離乳食献立表

中期(7, 8か月頃)

清水保育園

日	曜日	午前食+ミルク(10時~11時)		食 材			その他	
		午後食+ミルク(2時半~3時頃)		血や肉を作るもの (赤)	熱や力となるもの (黄)	体の調子をよくするもの (緑)	調味料等	
14 28	月	7倍粥		米				
		みそ汁		豆腐、味噌		人参	だし汁	
		じゃがいもの煮物	果物		じゃがいも、砂糖、片栗粉	玉葱、グリンピース(冷)	清見オレンジ	だし汁、醤油
1 15	火	わかめぞうすい		乾燥わかめ				
		野菜の鶏そぼろ煮		鶏肉	片栗粉	玉葱、人参		だし汁、醤油
		7倍粥		米				
2 16	水	みそ汁		味噌		大根、ほうれん草	だし汁	
		じゃがいもの甘煮	果物		じゃがいも、三温糖、片栗粉	人参	甘夏みかん	だし汁、醤油
		青菜ぞうすい		米		ほうれん草		だし汁
3 17	木	高野豆腐の野菜煮		高野豆腐	片栗粉	大根、人参		だし汁、醤油
		パン粥		粉ミルク	食パン			
		野菜スープ						
4 18	金	野菜と豚肉の煮物	果物	豚肉	片栗粉	キャベツ、ほうれん草		だし汁、醤油
		煮込みうどん				きゅうり、玉葱、人参	バナナ	だし汁、醤油
		南瓜の甘煮			干しうどん、片栗粉	ほうれん草、玉葱		だし汁、醤油
5 19	土	南瓜の甘煮	果物		三温糖、片栗粉	南瓜、人参	清見オレンジ	だし汁
		おかかぞうすい		かつお節	米			だし汁
		野菜の煮物		鶏肉	片栗粉	南瓜、玉葱		だし汁、醤油
7 21	月	7倍粥		米				
		すまし汁		豆腐		ほうれん草		だし汁、醤油
		鶏肉と野菜のトマト煮	果物	鶏肉	じゃがいも、片栗粉	人参、キャベツ、トマトビュレ	清見オレンジ	だし汁、醤油
8 22	火	人参ぞうすい		鶏肉	砂糖、片栗粉	人参		だし汁
		キャベツのそぼろ煮				キャベツ、玉葱		だし汁、醤油
		7倍粥		米				
9 23	水	みそ汁		味噌		葱	だし汁	
		野菜と豚肉の煮物	果物	豚肉	片栗粉	きゅうり、玉葱、人参	不知火	だし汁、醤油
		おかかぞうすい		かつお節	米			だし汁
10 24	木	麩と野菜のやわらか煮			玉麩、片栗粉	人参、もやし、ほうれん草		だし汁、醤油
		パン粥		粉ミルク	食パン			
		野菜スープ						
11 25	金	鶏肉と人参の煮物	果物	鶏肉	片栗粉	玉葱		だし汁、醤油
		煮込みうどん				人参、プロッコリー	甘夏みかん	だし汁、醤油
		野菜煮			干しうどん、片栗粉	ほうれん草、人参		だし汁、醤油
12 26	土	じゃがいも、片栗粉				玉葱、人参		だし汁、醤油
		7倍粥		米				
		みそ汁		味噌		じゃがいも	万能葱	だし汁
30	水	魚と青菜のおかか煮	果物	ムキカレイ、かつお節	片栗粉	人参、ほうれん草	不知火	だし汁、醤油
		パン粥		粉ミルク	食パン			
		肉野菜スープ		豚肉	片栗粉	大根、人参、玉葱		だし汁、醤油
12 26	土	パン粥		粉ミルク	食パン			
		キャベツスープ				キャベツ、人参		だし汁、醤油
		鶏肉と野菜の煮物	果物	鶏肉	じゃがいも、片栗粉	人参、きゅうり	清見オレンジ	だし汁、醤油
30	水	葱わかめぞうすい		乾燥わかめ	米	万能葱	だし汁	
		野菜煮			片栗粉	もやし、人参、きゅうり、玉葱		だし汁、醤油
		味噌煮込みうどん		豚肉、味噌	干しうどん、片栗粉	人参、玉葱		だし汁
30	水	大根ときゅうりの煮物	果物		砂糖、片栗粉	大根、きゅうり	清見オレンジ	だし汁、醤油
		鶏そぼろぞうすい		鶏肉	米	玉葱		だし汁
		三色野菜煮			片栗粉	もやし、人参、きゅうり		だし汁、醤油
30	水	7倍粥		米				
		すまし汁				人参、ほうれん草		だし汁、醤油
		野菜のそぼろ煮	果物	鶏肉	片栗粉	きゅうり、玉葱、グリンピース	清見オレンジ	だし汁、醤油
30	水	玉葱ぞうすい			米	玉葱	だし汁	
		高野豆腐の煮物		高野豆腐	片栗粉	人参、玉葱、きゅうり		だし汁、醤油

○献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。

○献立表の食材を確認し、家庭で食べたことがない食品がありましたら、事前に担任までお知らせください。