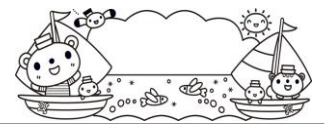


2018年度

## 7月 離乳食献立表 同胞こども園



日	曜	5・6か月ごろ	7・8か月ごろ	9～11か月ごろ	使用食材	おやつ	
2	月	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	あんかけごはん 野菜の和え物	あんかけごはん サラダ	鶏肉 人参 玉葱 レタス 胡瓜 (マヨドレ)	おかし	
3	火	こしがゆ(おもゆ) 南瓜のペースト	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃ煮	白身魚と野菜の煮物 かぼちゃのサラダ	白身魚 玉葱 人参 かぼちゃ 胡瓜 (マヨドレ)	ラスク風トースト	
4	水	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	大豆と野菜の煮物 野菜の和え物	大豆のミートソース煮 野菜の和え物	鶏ミンチ 大豆 玉葱 人参 ほうれん草 (ケチャップ)	おかし	
5	木	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	けんちん汁風 もつ煮	けんちん汁風 もつ煮	鶏肉 鶏肝臓 豆腐 人参 大根 里芋 ねぎ	食パン	
6	金	こしがゆ(おもゆ) 玉葱のペースト	鶏と野菜の煮物 じゃがいもとねぎの和え物	鶏と野菜の煮物 じゃがいもとツナの和え物	鶏肉 玉葱 人参 じゃがいも ねぎ (ツナ)	おかし	
7	土	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	パン粥 スープ	食パン スープ	鶏肉 じゃがいも 玉葱 人参	おかし	
9	月	こしがゆ(おもゆ) さつまいものペースト	鶏と野菜の具沢山汁	鶏バーグ さつまい	鶏ミンチ さつまいも 玉葱 大根 人参 ねぎ (みそ)	おかし	
10	火	こしがゆ(おもゆ) ブロッコリーのペースト	まぜごはん スープ	まぜごはん スープ	鶏肉 玉葱 人参 ブロッコリー	食パン	
11	水	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	白身魚と野菜の煮物 わかめスープ	カレイの唐揚げ はるさめとわかめスープ	白身魚 人参 わかめ (はるさめ)	おかし	
12	木	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	あんかけごはん 即席漬け	あんかけごはん 即席漬け	鶏肉 胡瓜 大根 キャベツ ねぎ	ホットケーキ	
13	金	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	パン粥 具沢山スープ	食パン 南瓜とほうれん草のシチュー	鶏肉 かぼちゃ 人参 玉葱 ほうれん草 キャベツ	わかめごはん	
14	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	まぜごはん	まぜごはん	鶏ミンチ 人参 ニラ もやし	おかし	
16	月	<b>海の日</b>					
17	火	こしがゆ(おもゆ) 玉葱のペースト	あんかけごはん もやしスープ	あんかけごはん もやしスープ	鶏肉 キャベツ 玉葱 ねぎ もやし 人参	ちりめんジャコ おかし	
18	水	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	二色ごはん 清汁	二色ごはん 清汁	鶏ミンチ ほうれん草 大根 人参 ねぎ	シュガートースト	
19	木	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	白身魚の煮付け 具沢山汁	白身魚の煮付け 具沢山汁	白身魚 人参 大根 玉葱 (みそ)	ホットケーキ	
20	金	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	スパゲティ煮 野菜の和え物	スパゲティ煮 サラダ	鶏肉 玉葱 ピーマン 胡瓜 キャベツ (ケチャップ マヨドレ)	おかし	
21	土	こしがゆ(おもゆ) 玉葱のペースト	あんかけごはん	あんかけごはん	鶏肉 玉葱 ねぎ	おかし	
23	月	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	白身魚と野菜の煮物 大豆と人参の煮物	白身魚と野菜の煮物 大豆入りひじき煮	白身魚 人参 玉葱 ねぎ 大豆 (ひじき)	食パン	
24	火	こしがゆ(おもゆ) 胡瓜のペースト	麻婆茄子風 スパゲティサラダ風	麻婆茄子 スパゲティサラダ	鶏ミンチ なす 玉葱 人参 胡瓜 (みそ マヨドレ)	お好み焼き風	
25	水	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	鶏と野菜の煮物 サラダ	鶏と野菜の煮物 サラダ	鶏肉 キャベツ 人参 胡瓜 トマト (マヨドレ)	豆腐ドーナツ	
26	木	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	野菜たっぷりポトフ風スー プ	野菜たっぷりポトフ風スー プ	鶏肉 じゃがいも 玉葱 人参 キャベツ	おかし	
27	金	こしがゆ(おもゆ) 玉葱のペースト	あんかけごはん 野菜の和え物	あんかけごはん ツナサラダ	鶏ミンチ 玉葱 人参 レタス 胡瓜 トマト (ツナ)	バナナ おかし	
28	土	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	鶏と野菜のお汁	ゆかりごはん 鶏と野菜のお汁	鶏肉 豆腐 人参 大根 玉葱 ねぎ (みそ ゆかり)	おかし	
30	月	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	あんかけごはん 胡瓜の和え物	あんかけごはん 胡瓜の和え物	鶏肉 人参 白菜 胡瓜	パンケーキ	
31	火	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	筑前煮風 胡瓜の和え物	筑前煮風 胡瓜の和え物	鶏肉 人参 大根 いんげん 胡瓜	おかし	

※7・8はおかゆ、9～11は軟飯が主食です おやつは後期のみです。  
 ( )は9～11のみの食材です。※月齢で異なる時もあります。  
 食材の状況により変更する場合があります。

