

令和7年7月 離乳食献立表

久良岐保育園

日		前期 (5～6ヶ月)	中期・後期 (7～8・9～11ヶ月)	完了期 (12～18ヶ月)	おやつ	日		前期 (5～6ヶ月)	中期・後期 (7～8・9～11ヶ月)	完了期 (12～18ヶ月)	おやつ
1 火	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのところ キャベツのところ	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参入りつくね チンゲン菜和え 玉葱とキャベツの味噌汁	ごはん キャベツと豚肉の蒸し煮(にんにくなし) もやしのじゃこ和え 麩とわかめの味噌汁	南瓜蒸しパン	17 木	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのところ 人参のところ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/ハンバーグ ゆでトウモロコシ 人参と冬瓜の味噌汁	ごはん サワークリームソースハンバーグ 蒸しトウモロコシ 人参しりしり 冬瓜スープ	お楽しみおやつ
2 水	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 豆腐のところ 南瓜のところ	おかゆ/軟飯 玉葱と豆腐の煮物 蒸しかぼちゃ 玉葱と人参の味噌汁	ごはん 厚揚げの甘酢あんかけ 大根炒め風サラダ 玉葱とわかめの味噌汁	きなこ蒸しパン	18 金	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 豆腐のところ じゃが芋のところ	おかゆ/軟飯 鶏挽マーボ豆腐 蒸しじゃが 玉葱とコーンの味噌汁	ごはん マーボ茄子(にんにく生姜無し) 春雨とレタスのソテー(レタスなし) じゃが芋とわかめの味噌汁	南瓜の甘煮 ミニミニピザ
3 木	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのところ きゅうりのところ	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 きゅうり和え もやしとねぎの味噌汁	ごはん 豚肉の西京焼き 中華きゅうり(お酢 セロリなし) もやしとねぎのすまし汁	煮込みうどん (もやし ねぎ) チャー麺	19 土	ハイハイ ビスケット		おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 ブロッコリー和え 人参とチンゲン菜の味噌汁	とん井(生姜無し) ブロッコリーの中華和え 人参とチンゲン菜の味噌汁	ハイハイ ビスケット
4 金	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのところ じゃが芋のところ	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参入りつくね きゅうり和え 玉葱とじゃが芋の味噌汁	ごはん タンドリーチキン(カレー粉生姜なし) カラフルサラダ(お酢無し) ポトフスープ	煮込みうどん めんつゆうどん	22 火	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのところ キャベツのところ	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 キャベツ和え 人参ともやしの味噌汁	ごはん 鶏肉の甘辛煮 ひじきと野菜の炒め物(竹輪無し) もやしとわかめと油揚げの味噌汁	きなこ蒸しパン
5 土	ハイハイ ビスケット		おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 蒸しじゃが 玉葱とコーンの味噌汁	チキンライス じゃが芋としめじのサラダ オニオンスープ	ハイハイ ビスケット	23 水	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのところ きゅうりのところ	おかゆ/軟飯 じゃが芋のそぼろ煮/つくね きゅうり和え 人参とねぎの味噌汁	ごはん 肉じゃが トマトサラダ(お酢無し) 麩と長ネギのすまし汁	バナナ蒸しパン
7 月	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのところ 人参のところ	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 蒸しかぼちゃ ねぎと人参の味噌汁	ごはん ささみの煮物 凍り豆腐とひじきの含め煮 七夕そうめん汁	きなこ豆乳ゼリー風 きなこ豆乳ゼリー	24 木	トウモロコシ	10倍がゆ又はおかゆ じゃが芋ときなこのところ 人参のところ	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/ハンバーグ ゆで人参 南瓜のポタージュ バナナ	ごはん チキンのトマト煮(セロリ無し) こふき芋 南瓜のポタージュ バナナ	おかかおむすび(青のり) ひじきおむすび(青のり)
8 火	ヨーグルト	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのところ きゅうりのところ	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け きゅうり和え 南瓜のポタージュ	ごはん 白身魚のオーロラソース 切り干しサラダ えのきとニラのすまし汁	南瓜蒸しパン チーズ蒸しパン	25 金	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 豆腐のところ じゃが芋のところ	おかゆ/軟飯 人参と豆腐のところ じゃが芋マッシュ 玉葱ともやしの味噌汁	ごはん 厚揚げとじゃが芋の煮物 ごまオクラ 玉葱と舞茸の味噌汁	南瓜サンド
9 水	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 豆腐のところ キャベツのところ	おかゆ/軟飯 チンゲン菜と豆腐の煮物 ゆで人参 ねぎとキャベツの味噌汁	ごはん 豆腐の中華煮 春雨サラダ(お酢無し) わかめとねぎのスープ	マカロニきなこ	26 土	ハイハイ ビスケット		おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 キャベツ和え 人参ともやしの味噌汁	ごはん 高野豆腐の煮物 ごまキャベツ もやしスープ	カップヨーグルト ハイハイ カップヨーグルト ビスケット
10 木	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのところ 人参のところ	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参入りつくね 蒸しかぼちゃ チンゲン菜と玉ねぎの味噌汁	ごはん ビビンバ風 蒸しかぼちゃ 玉葱とトマトのスープ	きなこ蒸しパン	28 月	ヨーグルト	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのところ きゅうりのところ	おかゆ/軟飯 人参と豆腐のところ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁	ごはん 鮭の塩焼き 南瓜サラダ チンゲン菜スープ	キャベツとしらすのスパゲッティ
11 金	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ じゃが芋ときなこのところ 人参のところ	おかゆ/軟飯 玉葱とささみの煮物 蒸しじゃが 人参と玉ねぎの味噌汁	ごはん 鶏肉の照り焼き じゃが芋サラダ 人参と玉ねぎの味噌汁	南瓜蒸しパン	29 火	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのところ キャベツのところ	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/つくね ゆで人参 南瓜のポタージュ	ごはん つくね 蒸し鶏サラダ なすと油揚げの味噌汁	枝豆蒸しパン 枝豆
12 土	ハイハイ ビスケット		おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 ゆでブロッコリー 南瓜とねぎの味噌汁	スパゲッティきこり風 コーンブロッコリー わかめスープ	ハイハイ ビスケット	30 水	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ じゃが芋ときなこのところ きゅうりのところ	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 きゅうり和え じゃが芋とねぎの味噌汁	ごはん 鶏肉のケチャップ炒め マカロニサラダ(卵なし) 具だくさん味噌汁	バナナヨーグルト (コーンフレーク)
14 月	ヨーグルト	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのところ キャベツのところ	おかゆ/軟飯 もやしの鶏そぼろ煮/ハンバーグ きゅうり和え 南瓜のポタージュ	ごはん 青椒肉絲 シーチキンサラダ 南瓜のポタージュ	南瓜の甘煮 バナナ クラッカーサンド バナナ	31 木	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのところ 人参のところ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/玉葱と肉団子の煮物 キャベツ和え 人参のポタージュ バナナ	ごはん 玉葱と肉団子の煮物 ハムサラダ(お酢無し) 人参のポタージュ バナナ	豆乳入りコーンフロスト 牛乳入りコーンフロスト
15 火	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 豆腐のところ きゅうりのところ	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/つくね ゆで人参 豆腐とねぎの味噌汁	ごはん 茄子と豚肉の味噌炒め 鉄骨サラダ 豆腐とねぎと油揚げの味噌汁	きなこ蒸しパン						
16 水	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのところ キャベツのところ	おかゆ/軟飯 人参とささみの煮物 キャベツ和え 南瓜のポタージュ バナナ	ごはん ミートソース キャベツサラダ 南瓜のポタージュ バナナ	おかかおむすび わかめおむすび						