



7月離乳食献立表



日	曜	離乳食中期・後期	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	離乳食初期	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる
1	土	お粥 みそ汁 肉じゃがが 果物	鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 みかん	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
3	月	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 果物	ささみ 粉ミルク	米 片栗粉	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
4	火	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ キャベツの煮物	鱈	米 片栗粉	人参 人参 人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 キャベツ
5	水	お粥 豆腐の煮物 ほうれん草の煮物	豆腐 鶏ひき肉	米 じゃが芋 片栗粉	人参 人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 ほうれん草
6	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 じゃが芋の煮物	ささみ 豆腐	米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ 豆腐	米 じゃが芋	人参 人参
7	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリーの煮物	卵	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 玉葱 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 ブロッコリー
8	土	お粥 みそ汁 肉じゃがが 果物	鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
10	月	お粥 みそ汁 鱈の煮物 人参煮	鱈	米 片栗粉	人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
11	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草の煮物	卵	米 片栗粉	人参 キャベツ 人参 ほうれん草 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 キャベツ 人参 ほうれん草
12	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ マッシュポテト	鶏ひき肉	米 片栗粉 パン粉 じゃが芋	人参 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参
13	木	お粥 みそ汁 鱈のクリーム煮 キャベツの煮物	鱈 粉ミルク	米 じゃが芋 片栗粉	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ
14	金	お粥 みそ汁 ささみの煮物 じゃが芋の煮物	ささみ	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参
15	土	お粥 みそ汁 肉団子 果物	鶏ひき肉 豆腐	米 片栗粉	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
18	火	お粥 みそ汁 鱈の煮物 じゃが芋の煮物	鱈	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
19	水	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ ほうれん草の煮物	鶏ひき肉 豆腐	米 片栗粉	人参 大根 人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 大根 人参 ほうれん草
20	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 ブロッコリーの煮物	ささみ	米 じゃが芋 片栗粉	人参 玉葱 人参 ブロッコリー 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 ブロッコリー
21	金	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ 人参煮	鱈	米 片栗粉	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
22	土	親子お楽しみ会(パンとお茶が出ます)							
24	月	お粥 みそ汁 肉団子 ブロッコリーの煮物	鶏ひき肉	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 玉葱 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 人参 ブロッコリー
25	火	人参粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ マッシュポテト	鱈	米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参	人参粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参
26	水	お粥 みそ汁 肉じゃがが 大根の煮物	鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米	人参 人参 大根
27	木	お粥 みそ汁 肉団子 人参の煮物	鶏ひき肉 豆腐	米 片栗粉	人参 玉葱 人参	お粥 味噌汁 人参の煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参
28	金	お粥 みそ汁 鱈のクリーム煮 キャベツ煮	鱈 粉ミルク	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ
29	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 人参煮	鶏ひき肉 豆腐	米 片栗粉	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
31	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	卵	米 片栗粉	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ 豆腐	米	人参 人参 キャベツ

※離乳食は無理に進めず、それぞれ個人の状態を見ながら進めていく。
※卵を、始めていない子に対しては、()内の献立で対応していく。