

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	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	卵	みそ	米 人参 玉葱	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
2	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	鶏ひき肉 豆腐	みそ	米 片栗粉 人参 玉葱 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
4	月	お粥 みそ汁 鮭のクリーム煮 マッシュポテト	鮭 粉ミルク	みそ	米 片栗粉 じゃが芋 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
5	火	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 じゃが芋の煮物	豆腐	みそ	米 片栗粉 じゃが芋 人参 玉葱	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
6	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ ブロッコリーの煮物	じゃが芋 みそ 鶏ひき肉	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱 南瓜 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ じゃが芋	米	人参 人参 ブロッコリー
7	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草の煮物	卵	みそ	米 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 人参 ほうれん草
8	金	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 大根の煮物	鮭	みそ	米 片栗粉 人参 玉葱 人参 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米	人参 キャベツ 人参 大根
9	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	鶏ひき肉 豆腐	みそ	米 片栗粉 人参 玉葱 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
11	月	お粥 みそ汁 肉団子 マッシュポテト	鶏ひき肉	みそ	米 じゃが芋 じゃが芋 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
12	火	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 キャベツの煮物	鮭	みそ	米 じゃが芋 片栗粉 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 人参 キャベツ
13	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリーの煮物	卵	みそ	米 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
14	木	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 ほうれん草の煮物	豆腐 鮭	みそ	米 片栗粉 人参 玉葱 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
15	金	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 じゃが芋の煮物	豆腐	みそ	米 片栗粉 じゃが芋 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
16	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 オレンジ	鶏ひき肉 豆腐	みそ	米 片栗粉 人参 玉葱 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
19	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋の煮物	卵	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
20	水	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 マッシュポテト	ささみ 粉ミルク	みそ	米 片栗粉 じゃが芋 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
21	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) 大根の煮物	卵	みそ	米 人参 玉葱 人参 大根	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ
22	金	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 豆腐の煮物	鮭 豆腐	みそ	米 片栗粉 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
23	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
25	月	お粥 みそ汁 肉団子 キャベツの煮物	鶏ひき肉	みそ	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	人参 人参 キャベツ
26	火	お粥 みそ汁 鮭のクリーム煮 ほうれん草の煮物	鮭 粉ミルク	みそ	米 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 玉葱 人参 ほうれん草
27	水	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 メロン	鶏ひき肉 豆腐	みそ	米 片栗粉 人参 玉葱 人参 メロン	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
28	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 マッシュポテト	ささみ	みそ	米 片栗粉 じゃが芋 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
29	金	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 キャベツの煮物	ささみ 粉ミルク	みそ	米 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
30	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参

※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。