

# 7,8か月ころの離乳食献立表

2023年1月

曜日	日付	献立名	材料名
水	4 18	7倍かゆ カレイの煮物 ささみとキャベツの煮物 ほうれん草のスープ	米 カレイ 葱 だし汁 片栗粉 鶏ささみ キャベツ 人参 だし汁 ほうれん草 だし汁
木	5 19	おなか青のりかゆ 鶏ひき肉の煮物 人参の煮物 大根と玉ねぎのスープ	米 青のり かつお節 鶏ひき肉 葱 片栗粉 だし汁 人参 だし汁 大根 玉ねぎ だし汁
金	6 20	7倍かゆ カレイの煮物 ブロッコリーの煮物 大根と人参のスープ	米 カレイ だし汁 片栗粉 ブロッコリー 玉ねぎ だし汁 大根 人参 だし汁
土	7 21	鶏肉かゆ 人参の煮物 人参と小松菜のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 だし汁 人参 だし汁 人参 小松菜 だし汁
月	23	7倍かゆ 鶏肉の煮物 もやしときゅうりのしらす煮 人参と玉ねぎのスープ	米 鶏ささみ だし汁 片栗粉 もやし きゅうり しらす干し だし汁 人参 玉ねぎ だし汁
火	10 24	ほうとう風うどん 豆腐のおかか煮 ほうれん草としらすの磯煮	うどん 鶏ひき肉 かぼちゃ 人参 大根 葱 だし汁 豆腐 かつお節 だし汁 ほうれん草 しらす干し 人参 もやし 青のり だし汁

# 両国子育てひろば保育室

曜日	日付	献立名	材料名
水	11 25	鶏肉の混ぜかゆ 人参の煮物 クリームコーンスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 人参 だし汁 クリームコーン缶 玉ねぎ だし汁
木	12 26	パンかゆ 鶏肉の煮物 キャベツときゅうりの煮物 じゃが芋のスープ	食パン 鶏ひき肉 だし汁 片栗粉 キャベツ きゅうり 人参 だし汁 じゃが芋 玉ねぎ 人参 だし汁
金	13 27	7倍かゆ カレイの煮物 白菜と人参の煮物 かぶのスープ	米 カレイ 葱 だし汁 片栗粉 白菜 人参 だし汁 かぶ かぶの葉 だし汁
土	14 28	肉うどん キャベツと人参の煮物 オニオンスープ	うどん 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 だし汁 キャベツ 人参 かつお節 だし汁 玉ねぎ 人参 だし汁
月	16 30	7倍かゆ 鶏ひき肉の煮物 人参といんげんの煮物 もやしと人参のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ だし汁 片栗粉 人参 いんげん だし汁 もやし 人参 葱 だし汁
火	17 31	7倍かゆ カレイの野菜あんかけ かぼちゃの煮物 キャベツと人参のスープ	米 カレイ 人参 玉ねぎ ほうれん草 だし汁 片栗粉 かぼちゃ だし汁 キャベツ 人参 玉ねぎ だし汁

※都合により献立の内容を変更する場合があります。