

# 7,8か月ころの離乳食献立表

2023年6月

# 両国子育てひろば保育室

曜日	日付	献立名	材料名
木	1 15 29	鶏じゃがかゆ オクラのおかか和え 大根のスープ	米 鶏ひき肉 ジャが芋 人参 だし汁 オクラ 人参 もやし かつお節 大根 人参 だし汁
金	2 16 30	7倍かゆ 豆腐と野菜の煮物 きゅうりの煮物 人参のスープ	米 豆腐 人参 玉ねぎ チンゲン菜 だし汁 片栗粉 きゅうり だし汁 人参 だし汁
土	3 17	和風あんかけかゆ 人参の煮物 ほうれん草のスープ	米 鶏ひき肉 チンゲン菜 人参 玉ねぎ だし汁 片栗粉 人参 だし汁 ほうれん草 だし汁
月	5 19	7倍かゆ カレーと野菜の煮物 マッシュかぼちゃ 豆腐とほうれん草のスープ	米 カレー 玉ねぎ 人参 だし汁 片栗粉 かぼちゃ だし汁 豆腐 ほうれん草 だし汁
火	6 20	7倍かゆ 鶏肉の煮物 ポテトサラダ キャベツのスープ	米 鶏ひき肉 だし汁 片栗粉 じゃが芋 人参 枝豆 キャベツ 玉ねぎ だし汁
水	7 21	7倍かゆ カレーの煮物 小松菜の磯煮 葱のスープ	米 カレー だし汁 片栗粉 小松菜 人参 焼きのり だし汁 葱 だし汁

曜日	日付	献立名	材料名
木	8 22	パンかゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 ブロッコリーとしらすの煮物 葱のスープ	食パン 鶏ひき肉 ジャが芋 玉ねぎ 人参 トマト缶 だし汁 片栗粉 ブロッコリー 人参 しらす干し だし汁 葱 だし汁
金	9 23	7倍かゆ 鶏肉の煮物 人参の煮物 かぶのスープ	米 鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ 人参 片栗粉 だし汁 人参 だし汁 片栗粉 かぶ かぶの葉 だし汁
土	10 24	鶏肉かゆ 人参の煮物 玉ねぎのスープ	米 鶏ひき肉 人参 だし汁 人参 だし汁 玉ねぎ 豆腐 だし汁
月	12 26	7倍かゆ カレーの磯煮 キャベツの煮物 じゃが芋のスープ	米 カレー 青のり だし汁 片栗粉 キャベツ 人参 きゅうり だし汁 じゃが芋 玉ねぎ だし汁
火	13 27	肉そぼろうどん もやしと人参の煮物 玉ねぎのスープ	うどん 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ だし汁 もやし 人参 小松菜 だし汁 玉ねぎ だし汁
水	14 28	しらすと野菜のかゆ ささみとほうれん草の煮物 人参のスープ	米 しらす干し 玉ねぎ 人参 だし汁 鶏ささみ 人参 ほうれん草 だし汁 人参 ジャが芋 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。

※食パンは卵、乳なしのものを使用しています。