

7,8か月ころの離乳食献立表

2022年7月

曜日	日付	献立名	材料名
金	1 15 29	7倍かゆ カレイの煮物 オクラとささみの煮物 チンゲン菜のスープ	米 カレイ だし汁 オクラ 鶏ささみ 人参 だし汁 チンゲン菜 玉ねぎ だし汁
土	2 16 30	トマト肉うどん 人参のおかか煮 玉ねぎのスープ	うどん 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ トマト田 だし汁 人参 かつお節 だし汁 玉ねぎ 人参 だし汁
月	4	7倍かゆ 鶏肉の煮物 きゅうりともやしの煮物 トマトのスープ	米 鶏ささみ だし汁 片栗粉 きゅうり もやし だし汁 トマト 玉ねぎ 人参 だし汁
火	5 19	青のりかゆ 豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 小松菜のスープ	米 青のり 豆腐 もやし 人参 だし汁 かぼちゃ だし汁 小松菜 玉ねぎ だし汁
水	6 20	パンかゆ 鶏肉の煮物 キャベツの煮物 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 だし汁
木	7	カレイの混ぜかゆ 三色煮 オクラのスープ	米 カレイ 小松菜 人参 大根 きゅうり 人参 だし汁 オクラ そうめん だし汁
木	21	7倍かゆ カレイの煮物 人参のそぼろ煮 大根のスープ	米 カレイ だし汁 片栗粉 鶏ひき肉 人参 片栗粉 だし汁 大根 ほうれん草 だし汁

両国子育てひろば保育室

曜日	日付	献立名	材料名
金	8 22	7倍かゆ 野菜のすんだ煮 きゅうりの煮物 人参のスープ	米 枝豆 玉ねぎ 人参 だし汁 きゅうり もやし だし汁 人参 葱 だし汁
土	9 23	鶏肉かゆ 人参の煮物 じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 だし汁 人参 だし汁 じゃが芋 人参 だし汁
月	11 25	7倍かゆ カレイのクリームコーン煮 野菜の煮物 かぶのスープ	米 カレイ クリームコーン缶 玉ねぎ だし汁 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 鶏ひき肉 だし汁 かぶ かぶの葉 人参 だし汁
火	12 26	鶏じゃががゆ ブロッコリーの磯煮 豆腐としらすのスープ	米 鶏ひき肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ だし汁 ブロッコリー 人参 焼きのり だし汁 豆腐 しらす干し だし汁
水	13 27	しらすうどん 鶏肉といんげんの煮物	うどん しらす干し きゅうり だし汁 鶏ささみ 人参 いんげん だし汁
木	14 28	7倍かゆ 鶏肉のおろし煮 人参ときゅうりの煮物 じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 大根 だし汁 片栗粉 人参 きゅうり だし汁 じゃが芋 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。