

# 7,8か月ころの離乳食献立表

2023年8月

曜日	日付	献立名	材料名
火	1 15 29	7倍かゆ 鶏じゃが ほうれん草のおかか和え トマトのスープ	米 鶏ひき肉 ジャガイモ 人参 玉ねぎ いんげん だし汁 ほうれん草 人参 もやし かつお節 トマト缶 玉ねぎ 豆腐 だし汁
水	2 16 30	パンかゆ 鶏肉の煮物 コールスロー 玉ねぎと人参のスープ	食パン 鶏ささみ だし汁 片栗粉 キャベツ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 だし汁
木	3 17 31	しらすと青のりのうどん 鶏肉と野菜の煮物 玉ねぎのスープ	うどん しらす干し 小松菜 玉ねぎ 青のり だし汁 鶏ささみ きゅうり 人参 だし汁 玉ねぎ 葱 だし汁
金	4 18	ふりかけかゆ 鶏肉と豆腐の煮物 マッシュポテト 玉ねぎのスープ	米 かつお節 青のり 鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 だし汁 片栗粉 じゃが芋 玉ねぎ だし汁
土	5 19	麻婆豆腐かゆ 人参の煮物 玉ねぎのスープ	米 鶏ひき肉 豆腐 人参 葱 だし汁 人参 だし汁 玉ねぎ だし汁
月	7 21	7倍かゆ カレーと野菜の煮物 かぼちゃの煮物 鶏肉と小松菜のスープ	米 カレー キャベツ 人参 だし汁 片栗粉 かぼちゃ 枝豆 人参 だし汁 鶏ひき肉 小松菜 だし汁

# 両国子育てひろば保育室

曜日	日付	献立名	材料名
火	8 22	やわらかうどん 鶏肉のおろし煮 枝豆と人参の煮物	うどん きゅうり だし汁 鶏ひき肉 大根 だし汁 枝豆 人参 だし汁
水	9 23	7倍かゆ カレーの磯煮 玉ねぎの煮物 大根と人参のスープ	米 カレー 青のり だし汁 片栗粉 玉ねぎ いんげん だし汁 大根 人参 葱 だし汁
木	10 24	鶏肉と夏野菜のかゆ オクラと人参の煮物 豆腐と人参のスープ	米 鶏ひき肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ だし汁 オクラ 人参 だし汁 豆腐 人参 だし汁
金	25	7倍かゆ 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーの煮物 かぶのスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 トマト缶 だし汁 ブロッコリー 人参 だし汁 かぶ かぶの葉 だし汁
土	12 26	そばろうどん 人参の煮物 じゃが芋のスープ	うどん 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 キャベツ だし汁 人参 だし汁 じゃが芋 だし汁
月	14 28	7倍かゆ カレーと玉ねぎの煮物 じゃが芋の煮物 小松菜のスープ	米 カレー 玉ねぎ だし汁 片栗粉 じゃが芋 だし汁 小松菜 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。