

# 7,8か月ころの離乳食献立表

2022年9月

曜日	日付	献立名	材料名
木	1 15 29	7倍かゆ 鶏ささみの葱煮 キャベツのおかか和え 玉ねぎのスープ	米 鶏ささみ 葱 だし汁 片栗粉 キャベツ 小松菜 人参 かつお節 玉ねぎ だし汁
金	2 16 30	トマトのそぼろうどん 人参の煮物 玉ねぎとかぶのスープ	うどん 鶏ひき肉 玉ねぎ トマト缶 だし汁 人参 だし汁 玉ねぎ かぶ かぶの葉 だし汁
土	3 17	そぼろうどん 人参の煮物 マッシュかぼちゃ	うどん 鶏ひき肉 人参 葱 小松菜 だし汁 人参 だし汁 かぼちゃ だし汁
月	5	7倍かゆ カレイの煮物 じゃが芋の煮物 チンゲン菜のすまし汁	米 カレイ だし汁 片栗粉 じゃが芋 かつお節 だし汁 チンゲン菜 人参 だし汁
火	6 20	鶏肉の混ぜかゆ マッシュさつま芋 玉ねぎのスープ	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ だし汁 さつま芋 だし汁 玉ねぎ だし汁
水	7 21	7倍かゆ カレイと野菜の煮物 人参ときゅうりの煮物 かぼちゃのスープ	米 カレイ 人参 ほうれん草 葱 だし汁 片栗粉 人参 きゅうり だし汁 かぼちゃ 玉ねぎ だし汁

# 両国子育てひろば保育室

曜日	日付	献立名	材料名
木	8 22	コーンクリームうどん 小松菜としらすの煮物 人参と玉ねぎの煮物	うどん 鶏ささみ クリームコーン缶 玉ねぎ 人参 だし汁 小松菜 人参 もやし しらす干し だし汁 人参 玉ねぎ だし汁
金	9	トマトそぼろ丼 ブロッコリーの煮物 豆腐のスープ	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ トマト缶 だし汁 ブロッコリー きゅうり 人参 だし汁 豆腐 葱 だし汁
土	10 24	鶏肉かゆ 青のりポテト 野菜のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 青のり 小松菜 玉ねぎ 人参 だし汁
月	12 26	7倍かゆ 野菜のそぼろ煮 きゅうりの煮物 人参のスープ	米 鶏ひき肉 人参 いんげん だし汁 片栗粉 きゅうり だし汁 人参 だし汁
火	13 27	7倍かゆ 鶏肉の煮物 きゅうりと人参の煮物 ほうれん草のスープ	米 鶏ひき肉 だし汁 片栗粉 きゅうり 人参 だし汁 ほうれん草 玉ねぎ だし汁
水	14 28	7倍かゆ カレイの煮物 ほうれん草の白和え 大根のスープ	米 カレイ だし汁 片栗粉 ほうれん草 人参 豆腐 だし汁 大根 人参 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。