

7,8か月ころの離乳食献立表

2026年1月

曜日	日付	献立名	材料名
月	5 19	7倍かゆ カレイのだし煮 人参といんげんの煮物 白菜スープ	米 カレイ だし汁 片栗粉 人参 いんげん だし汁 白菜 玉ねぎ もやし だし汁
火	6 20	トマト混ぜうどん さつま芋煮 鶏肉とかぶのスープ	うどん 人参 玉ねぎ だし汁 トマト缶 片栗粉 さつま芋 だし汁 鶏ひき肉 かぶ かぶの葉 だし汁
水	7 21	7倍かゆ 豆腐のそぼろ煮 キャベツのだし煮 玉ねぎのスープ	米 豆腐 鶏ひき肉 だし汁 片栗粉 キャベツ だし汁 玉ねぎ だし汁
木	8 22	野菜そぼろかゆ ほうれん草と人参の煮物 トマトスープ	米 鶏ひき肉 葱 大根 白菜 だし汁 ほうれん草 人参 だし汁 玉ねぎ かぼちゃ トマト缶 だし汁
金	9 23	7倍かゆ カレイの煮物 人参のおかか和え じゃが芋のスープ	米 カレイ だし汁 片栗粉 人参 きゅうり だし汁 かつお節 じゃが芋 チンゲン菜 豆腐 だし汁
土	10 24	鶏かゆ 豆腐とじゃが芋の煮物 小松菜と人参のスープ	米 鶏ひき肉 だし汁 豆腐 じゃが芋 玉ねぎ だし汁 小松菜 人参 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	13 27	7倍かゆ 鶏大根煮 ブロッコリーのだし煮 白菜のスープ	米 鶏ひき肉 大根 人参 だし汁 ブロッコリー だし汁 片栗粉 白菜 葱 だし汁
水	14 28	しらすかゆ ささみとキャベツの煮物 さつま芋のスープ	米 しらす 鶏ささみ キャベツ 人参 もやし だし汁 さつま芋 人参 だし汁
木	15 29	パンかゆ 鶏肉の煮物 ポテトサラダ 野菜スープ	食パン 鶏肉 だし汁 じゃが芋 人参 きゅうり だし汁 玉ねぎ かぶ かぶの葉 だし汁
金	16 30	7倍かゆ 鶏肉と野菜の煮物 白菜のおかか煮 大根のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ いんげん だし汁 片栗粉 白菜 人参 だし汁 かつお節 人参 大根 だし汁
土	17 31	鶏そぼろうどん 豆腐のだし煮 人参のスープ	うどん 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 だし汁 片栗粉 豆腐 チンゲン菜 だし汁 人参 だし汁
月	26	7倍かゆ カレイの野菜あんかけ かぼちゃの煮物 キャベツのスープ	米 カレイ ほうれん草 玉ねぎ だし汁 片栗粉 かぼちゃ だし汁 キャベツ 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。

※食パンは卵、乳なしのものを使用しています。