

# 7,8か月ころの離乳食献立表

## 2025年12月

曜日	日付	献立名	材料名
月	1 15	中華風かゆ 人参ときゅうり煮 ほうれん草スープ	米 鶏ひき肉 チンゲン菜 人参 もやし だし汁 片栗粉 人参 きゅうり だし汁 ほうれん草 じゃが芋 だし汁
火	2 16	7倍かゆ カレイの煮物 小松菜の煮物 玉ねぎとさつま芋のスープ	米 カレイ だし汁 片栗粉 小松菜 人参 もやし だし汁 玉ねぎ さつま芋 だし汁
水	3 17	7倍かゆ 鶏肉のトマト煮 かぼちゃ煮 かぶのスープ	米 鶏ひき肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 トマト缶 だし汁 かぼちゃ だし汁 かぶ かぶの葉 ブロッコリー だし汁
木	4	パンかゆ 鶏そぼろ煮 キャベツと白菜煮 ブロッコリーのスープ	食パン 鶏ひき肉 玉ねぎ だし汁 片栗粉 キャベツ 白菜 だし汁 ブロッコリー 人参 だし汁
金	5 19	7倍かゆ 鶏肉と豆腐の煮物 かぼちゃの煮物 大根スープ	米 鶏ひき肉 豆腐 白菜 葱 だし汁 かぼちゃ だし汁 大根 人参 だし汁
土	6 20	鶏肉入りかゆ じゃが芋のだし煮 かぶのスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ だし汁 じゃが芋 だし汁 かぶ かぶの葉 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。

## 両国子育てひろば保育室

曜日	日付	献立名	材料名
月	8 22	あんかけうどん 豆腐と青菜煮 大根の煮物	うどん 鶏ひき肉 白菜 人参 だし汁 片栗粉 豆腐 小松菜 だし汁 片栗粉 大根 だし汁
火	9 23	7倍かゆ カレイの磯煮 豆腐のスープ	米 カレイ 玉ねぎ 青のり だし汁 片栗粉 豆腐 大根 人参 だし汁
水	10 24	鶏肉と野菜かゆ かぼちゃマッシュ じゃが芋スープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 だし汁 かぼちゃ きゅうり じゃが芋 キャベツ だし汁
木	11 25	7倍かゆ 鶏肉の煮物 きゅうりとしらす煮 キャベツスープ	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ だし汁 片栗粉 きゅうり しらす干し だし汁 キャベツ だし汁
金	12 26	7倍かゆ カレイのだし煮 人参の煮物 かぼちゃのスープ	米 カレイ だし汁 片栗粉 人参 だし汁 かぼちゃ 白菜 玉ねぎ だし汁
土	13 27	しらすかゆ 豆腐の煮物 玉ねぎのスープ	米 しらす干し 豆腐 人参 玉ねぎ だし汁 玉ねぎ だし汁
木	18	鶏野菜かゆ キャベツと白菜煮 ブロッコリーのスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 だし汁 キャベツ 白菜 だし汁 ブロッコリー 人参 だし汁