

7,8か月ころの離乳食献立表

2025年10月

曜日	日付	献立名	材料名
水	1 15 29	7倍かゆ カレイの野菜煮 かぼちゃマッシュ 大根スープ	米 カレイ キャベツ 人参 だし汁 かぼちゃ 大根 チンゲン菜 だし汁
木	2 16 30	7倍かゆ 肉豆腐 小松菜のおかか和え じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 豆腐 葱 人参 いんげん だし汁 片栗粉 小松菜 人参 もやし かつお節 だし汁 じゃが芋 玉ねぎ だし汁
金	3 17 31	野菜そぼろかゆ プロッコリーのだし煮 トマトスープ	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ だし汁 プロッコリー だし汁 片栗粉 かぶ かぶの葉 かぼちゃ トマト缶 だし汁
土	4 18	そぼろうどん 豆腐のくずし煮 しらすのスープ	うどん 鶏ひき肉 キャベツ 人参 だし汁 豆腐 玉ねぎ だし汁 片栗粉 しらす干し 人参 だし汁
月	6 20	和風うどん ささみの和え物 豆腐のだし煮	うどん キャベツ 玉ねぎ しらす干し だし汁 鶏ささ身 きゅうり 人参 だし汁 豆腐 玉ねぎ だし汁
火	7 21	7倍かゆ 鶏肉の煮物 人参といんげんの煮物 チンゲン菜のスープ	米 鶏ひき肉 だし汁 片栗粉 人参 いんげん だし汁 チンゲン菜 葱 だし汁

両国子育てひろば保育室

曜日	日付	献立名	材料名
水	8 22	7倍かゆ カレイの煮物 ほうれん草と人参の煮物 玉ねぎのスープ	米 カレイ だし汁 片栗粉 ほうれん草 もやし 人参 だし汁 玉ねぎ だし汁
木	9 23	パンかゆ 鶏肉のトマト煮 人参ときゅうりの煮物 コーンスープ	食パン 鶏ひき肉 玉ねぎ じゃが芋 トマト缶 だし汁 片栗粉 人参 きゅうり だし汁 クリームコーン缶 玉ねぎ だし汁
金	10 24	しらすかゆ 鶏肉の煮物 もやしのスープ	米 しらす干し 鶏肉 人参 大根 いんげん だし汁 もやし ほうれん草 だし汁
土	11 25	麻婆豆腐かゆ 人参のおかか煮 玉ねぎのスープ	米 豆腐 鶏ひき肉 葱 だし汁 片栗粉 人参 かつお節 だし汁 玉ねぎ だし汁
火	14 28	7倍かゆ 鶏肉と豆腐煮 きゅうりと人参煮 小松菜のスープ	米 豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 だし汁 片栗粉 きゅうり 人参 もやし だし汁 小松菜 葱 だし汁
月	27	野菜うどん さつま芋のそぼろ煮 キャベツのおかか煮	うどん 豆腐 大根 人参 だし汁 さつま芋 鶏ひき肉 いんげん 片栗粉 だし汁 キャベツ かつお節 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。