

# 7,8か月ころの離乳食献立表

2023年11月

# 両国子育てひろば保育室

曜日	日付	献立名	材料名
水	1 15 29	7倍かゆ カレイの煮物 小松菜とささみの煮物 人参のスープ	米 カレイ だし汁 片栗粉 小松菜 鶏ささみ 人参 だし汁 人参 葱 だし汁
木	2 16 30	パンかゆ カレイのクリームコーン煮 キャベツと人参の煮物 トマトのスープ	食パン カレイ クリームコーン缶 玉ねぎ だし汁 キャベツ 人参 きゅうり だし汁 トマト缶 人参 玉ねぎ だし汁
金	17	7倍かゆ カレイの煮物 きゅうりと人参の煮物 かぶと玉ねぎのスープ	米 カレイ だし汁 片栗粉 きゅうり 人参 だし汁 かぶ かぶの葉 玉ねぎ だし汁
土	4 18	そぼろかゆ 人参ときゅうりの煮物 じゃが芋のスープ	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 青のり 人参 きゅうり だし汁 じゃが芋 玉ねぎ だし汁
月	6 20	野菜うどん 鶏肉の煮物 ほうれん草のおかか和え	うどん 玉ねぎ もやし だし汁 鶏ひき肉 片栗粉 だし汁 ほうれん草 人参 かつお節 だし汁
火	7 21	混ぜかゆ 人参と大根の煮物 豆腐と玉ねぎのスープ	米 鶏ひき肉 人参 ほうれん草 葱 もやし だし汁 人参 大根 きゅうり だし汁 豆腐 玉ねぎ だし汁

曜日	日付	献立名	材料名
水	8 22	混ぜかゆ 人参の煮物 ブロッコリーのスープ	米 鶏ひき肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ 人参 だし汁 ブロッコリー 人参 だし汁
木	9	7倍かゆ カレイのおろし煮 ブロッコリーとしらすの煮物 玉ねぎと人参のスープ	米 カレイ 大根 片栗粉 だし汁 ブロッコリー しらす干し 人参 だし汁 玉ねぎ 人参 じゃが芋 だし汁
金	10 24	さつま芋かゆ 鶏ひき肉と豆腐の煮物 キャベツの磯煮 玉ねぎのスープ	米 さつま芋 鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ 片栗粉 だし汁 キャベツ 青のり だし汁 玉ねぎ だし汁
土	11 25	そぼろうどん 人参の煮物 じゃが芋の煮物	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	13 27	7倍かゆ 鶏肉の煮物 きゅうりと人参の煮物 小松菜のスープ	米 鶏ささみ 玉ねぎ だし汁 片栗粉 きゅうり 人参 だし汁 小松菜 玉ねぎ だし汁
火	14 28	7倍かゆ 鶏ひき肉ともやしの煮物 白菜の煮物 かぼちゃのスープ	米 鶏ひき肉 もやし 葱 だし汁 白菜 小松菜 人参 だし汁 かぼちゃ 玉ねぎ 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。