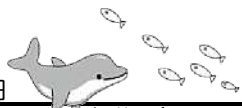


2022年7月1日



7月の離乳食献立表（初期～中期）



池田市立保育所・認定こども園

実施日	初期（5～6ヶ月）			中期（7～8ヶ月）			
	献立名	食品名	間食	午前間食	献立名	午後間食	食品名
1 金	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のミルク煮	米。 豆腐 人参 だし汁。 大根 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ☆きんとん せんべい	米。鶏肉 大根 人参 三度豆 醤油 だし汁 代替）豚肉。豆腐 チンゲン菜 人参 玉ねぎ みそ だし汁。/ さつまいも。
2 土	スパゲッティの のくたくた煮 野菜のミルク煮	スパゲッティ 人参 だし汁。 玉ねぎ 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	煮込み スパゲッティ バナナ	調乳 ふかしおじゃが せんべい	スパゲッティ 豚挽き肉 しめじ 人参 玉ねぎ トマトケチャップ だし汁。バナナ。 /じゃがいも あおのり。
4 月	すりつぶしがゆ かぼちゃのミルク煮 野菜のくたくた煮	米。 かぼちゃ 育児用ミルク。 キャベツ 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物 煮びだし ヨーグルト	調乳 すいか せんべい	米。豚肉 なす 人参 かぼちゃ 玉ねぎ 砂糖 醤油 だし汁。キャベツ きゅうり コーン 醤油 だし汁。 ヨーグルト。/すいか。
5 火	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。 白身魚 人参 だし汁。 はくさい 人参 大根 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 煮魚 みそ汁 ひじきと五目煮豆 デザート（メロン）	調乳 ゼリー せんべい	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁。大豆水煮 芽ひじき 鶏肉 人参 三度豆 こんにゃく 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。豆腐 はくさい 人参 大根 みそ だし汁。 メロン
6 水	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のミルク煮	米。 豆腐 ほうれん草 だし汁。 大根 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豆腐と野菜の煮物 豚汁	調乳 ふかしおじゃが せんべい	米。豚挽き肉 豆腐 玉ねぎ 人参 生しいたけ 卵黄 ほうれん草 砂糖 醤油 だし汁。豚肉 大根 人参 しめじ 玉ねぎ みそ だし汁。/じゃが芋
7 木	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し そうめんのくたくた煮	米。白身魚 人参 だし汁。そうめん キャベツ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 そうめん汁	調乳 七夕ゼリー せんべい	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。 そうめん キャベツ 人参 醤油 だし汁。
8 金	パンがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク。 玉ねぎ かぼちゃ だし汁。人参 玉ねぎ 鮭缶 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 野菜の煮物 ビーフンスープ	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	ロールパン 育児用ミルク。なす 玉ねぎ ズッキーニ 人参 かぼちゃ トマト(缶詰) ホル トマトケチャップ だし汁 醤油。ビーフン 豚肉 人参 玉ねぎ しめじ わかめ だし汁。/マカロニ きな粉 上白糖
9 土	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	米。 玉ねぎ 人参 だし汁。 大根 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 八宝菜風 青菜のスープ	調乳 ゼリー せんべい	米。豚肉 白菜 人参 玉ねぎ 三度豆 醤油 片栗粉 だし汁。大根 小松菜 人参 しめじ 醤油 だし汁。
11 月	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜のくたくた煮	米。 豆腐 人参 だし汁。 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉となすの みそ煮 すまし汁	調乳 ☆やわらか かぼちゃのおやき ・せんべい	米。豚肉 玉ねぎ なす 人参 みそ 砂糖 醤油 ごま油 片栗粉。木綿豆腐 人参 わかめ しめじ みつば 醤油 だし汁。/小麦粉 片栗粉 かぼちゃ 油 上白糖。
12 火	すりつぶしがゆ 魚のすり流し さつま芋のミルク煮	米。 鮭 ブロッコリー だし汁。 さつま芋 育児用ミルク。	調乳 りんご すりつぶし	調乳 せんべい	かゆ 魚と野菜煮 みそ汁	調乳 くだもの(りんご) せんべい	米。鮭 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。さつまいも 小松菜 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。/りんご。
13 水	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のくたくた煮	米。 豆腐 人参 だし汁。キャベツ 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 牛肉と野菜の煮物 すまし汁	調乳 棒チーズ せんべい	米。牛肉 玉ねぎ キャベツ 人参 砂糖 醤油 だし汁 片栗粉 代替）豚肉。豆腐 わかめ 玉ねぎ 人参 みつば 醤油 だし汁。/棒チーズ。
14 木	パンがゆ グリーンピースの 煮つぶし 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク。 グリーンピース だし汁。 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	パンがゆ 卵黄とじ スープ デ) キウイ	調乳 ☆やわらか わらびもち	ロールパン 育児用ミルク。卵黄 ツナ水煮缶 玉ねぎ 人参 コーン しめじ グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。豚肉 もやし 人参 小松菜 しいたけ 醤油 だし汁。キウイ。 / わらび粉 きな粉 砂糖。
15 金	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。 メルルーサ 人参 だし汁。 じゃが芋 キャベツ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 魚と野菜煮 みそ汁	調乳 ☆やわらか キャロットちゃんの 蒸しケーキ	米。メルルーサ キャベツ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁 代替）豚肉。じゃが芋 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。/ 人参ジュース ホットケーキミックス 育児用ミルク 砂糖。
16 土	うどんのくたくた煮 豆腐のすり流し りんごすりおろし	うどん キャベツ だし汁。 豆腐 人参 だし汁。 りんご	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん スープ りんご	調乳 ふかし芋 せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。豆腐 人参 だし汁 醤油。りんご。 / さつまいも。
19 火	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のミルク煮	米。白身魚 人参 だし汁。ほうれん草 はくさい 育児用ミルク。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 煮魚 わかめと大根の スープ	調乳 型抜きチーズ ビスケット	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。 大根 わかめ 玉ねぎ ほうれん草 はくさい 人参 しめじ 醤油 だし汁。/型抜きチーズ。
20 水	パンがゆ 野菜の煮つぶし じゃが芋のミルク煮	コッペパン 野菜スープ。 人参 玉ねぎ だし汁。 じゃが芋 育児用ミルク。	調乳	調乳 ポーロ	パンがゆ 野菜と豚挽き肉の トマト煮 豆乳スープ	調乳 すいか せんべい	コッペパン 野菜スープ。豚挽き肉 なす トマト 人参 玉ねぎ しいたけ トマトケチャップ だし汁。小松菜 玉ねぎ じゃが芋 人参 コーン 豆乳(無調整) だし汁。/ すいか。
21 木	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。 鮭缶 キャベツ 玉ねぎ だし汁。じゃが芋 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが 煮びだし ヨーグルト	調乳 ミニゼリー メロン	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。 キャベツ きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。 ヨーグルト。/ メロン。
22 金	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜の煮つぶし	米。 人参 じゃが芋 育児用ミルク。 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 野菜と肉団子の トマト煮 春雨スープ	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米。合挽き肉 玉ねぎ 人参 ピーマン ケチャップ だし汁 代替）豚挽き肉。春雨 人参 玉ねぎ チンゲンサイ しめじ 醤油 だし汁。 / ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
23 土	人参がゆ 野菜のミルク煮 野菜煮つぶし	米 人参。 人参 玉ねぎ 育児用ミルク。 白菜 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	ひじきがゆ みそ汁	調乳 ゼリー せんべい	米 ひじき缶 人参 三度豆 醤油 出し汁。 はくさい 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。
25 月	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜煮つぶし	米。 じゃが芋 人参 だし汁。 大根 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と大根の煮物 みそ汁	調乳 ☆フルーツ ヨーグルト和え	米。豚肉 大根 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。 じゃがいも 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。 / バナナ キウイ 無糖ヨーグルト。
26 火	パンがゆ マカロニの くたくた煮 野菜の煮つぶし	コッペパン 野菜スープ。 マカロニ 人参 だし汁。 じゃが芋 きゅうり だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ トマトと卵黄のスープ 煮込みマカロニ デ) バナナ	調乳 ミニゼリー ポーロ	コッペパン 野菜スープ。卵黄 トマト じゃがいも 玉ねぎ 片栗粉 醤油 だし汁 代替）豚肉・コーン。マ カロニ 豚肉 人参 コーン きゅうり 醤油 だし汁。バナナ。
27 水	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し さつま芋のミルク煮	米。 白身魚 人参 だし汁。 さつま芋 育児用ミルク。	調乳 すりおろし りんご	調乳 ポーロ	かゆ 白身魚の野菜煮 みそ汁	調乳 りんご せんべい	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。 さつまいも 人参 玉ねぎ 小松菜 みそ だし汁 代替）豚肉。/ りんご
28 木	パンがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	ロールパン 育児用ミルク。 豆腐 人参 だし汁。 キャベツ 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	パンがゆ 鶏団子あんかけ 野菜スープ	調乳 ☆ぶどうジュース ゼリー せんべい	ロールパン 育児用ミルク。鶏挽き肉 豆腐 玉ねぎ 小麦粉 片栗粉 醤油 だし汁 代替）豚挽き肉。 キャベツ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 醤油 だし汁。 / 粉寒天 砂糖 ぶどうジュース。
29 金	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜のミルク煮	米。豆腐 人参 だし汁。人参 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 卵黄とじ みそ汁	調乳 ミニゼリー せんべい	米。牛肉 人参 三度豆 卵黄 砂糖 醤油 だし汁 代替）豚肉。 豆腐 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。
30 土	スパゲッティの くたくた煮 野菜煮つぶし	スパゲッティ 人参 だし汁。 キャベツ 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	煮込み スパゲッティ バナナ	調乳 ふかし芋 せんべい	スパゲッティ 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。 バナナ。/さつま芋

☆印は手作りおやつです。