



7月の離乳食献立表（後期～完了期）



2022年7月1日

池田市立保育所・認定こども園

実施日	献立名		後期（9～11ヶ月）		献立名	
	間食（午前）	昼食	食品名			間食（午後）
			完了期（12～18ヶ月）			
					昼食	
1 金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	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。	調乳 ☆きんとん せんべい	軟飯→ごはん 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	
2 土	調乳 せんべい	煮込みスパゲッティ バナナ	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。 (スパゲッティ 豚挽き肉 人参 玉ねぎ しめじ ケチャップ 油。【完了】) バナナ。/じゃがいも あおりの。	調乳 ふかしおじゃが せんべい	イタリアン スパゲッティ バナナ	
4 月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豚肉と野菜の煮物 煮びたし ヨーグルト	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。	調乳 すいか せんべい	軟飯→ごはん 豚肉と野菜の煮物 煮びたし ヨーグルト	
5 火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 煮魚 ひじきと五目煮豆 みそ汁 デザート(メロン)	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	調乳 ゼリー せんべい	軟飯→ごはん 煮魚 ひじきと五目煮豆 みそ汁 デザート(メロン)	
6 水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 豆腐と野菜の煮物 豚汁	米。豚挽き肉 豆腐 玉ねぎ 人参 生しいたけ 卵 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	調乳 ふかしおじゃが せんべい	軟飯→ごはん 豆腐と野菜の煮物 豚汁	
7 木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 煮魚 そうめん汁	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。	調乳 七夕ゼリー せんべい	軟飯→ごはん 煮魚 そうめん汁	
8 金	調乳 せんべい	パンがゆ→ロールパン 野菜の煮物 ビーフンスープ	ロールパン 育児用ミルク。なす 玉ねぎ スッキーニ 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	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	ロールパン 野菜の煮物 ビーフンスープ	
9 土	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 八宝菜風 青菜のスープ	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。	調乳 ゼリー せんべい	軟飯→ごはん 八宝菜風 青菜のスープ	
11 月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豚肉となすのみそ煮 すまし汁	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。	調乳 ☆やわらか かぼちゃのおやき ・せんべい	軟飯→ごはん 豚肉となすのみそ煮 すまし汁	
12 火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 魚と野菜煮 みそ汁	米。鮭 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁 代替)豚肉。 さつまいも 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。 / りんご。	調乳 くだもの(りんご) せんべい	軟飯→ごはん 魚と野菜煮 みそ汁	
13 水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 牛肉と野菜の煮物 すまし汁	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。	調乳 棒チーズ せんべい	軟飯→ごはん 牛肉と野菜の煮物 すまし汁	
14 木	調乳 ウエハース	パンがゆ→ロールパン 卵とじ スープ デ)キウイ	ロールパン 育児用ミルク。卵 ツナ水煮缶 玉ねぎ 人参 コーン しめじ グリーンピース 砂糖 醤油 だし汁(塩、油【完了】) 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。	調乳 ☆やわらか わらびもち	ロールパン スクランブルエッグ スープ デ)キウイ	
15 金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 魚と野菜煮 みそ汁	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。	調乳 ☆やわらかキャロット ちゃんのスライスケーキ (キャロットちゃんのスライスケーキ【完了】)	軟飯→ごはん 魚と野菜煮 みそ汁	
16 土	調乳 せんべい	煮込みうどん スープ りんご	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。	調乳 ふかし芋 せんべい	煮込みうどん スープ りんご	
19 火	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 煮魚 わかめと大根のスープ	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。	調乳 型抜きチーズ ビスケット	軟飯→ごはん 煮魚 わかめと大根のスープ	
20 水	調乳 ポーロ	パンがゆ→コッペパン 野菜と豚挽き肉のトマト煮 豆乳スープ	コッペパン 野菜スープ【黒糖コッペパン】。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。	調乳 すいか せんべい	黒糖コッペパン 野菜と豚挽き肉のトマト煮 豆乳スープ	
21 木	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	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。	調乳 ミニゼリー メロン	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	
22 金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 野菜と肉団子のトマト煮 春雨スープ	米。合挽き肉 玉ねぎ 人参 ピーマン トマトケチャップ 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。	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 野菜と肉団子のトマト煮 春雨スープ	
23 土	調乳 せんべい	ひじきがゆ→ひじき軟飯 みそ汁	米 ひじき缶 人参 三度豆 醤油 だし汁。 はくさい 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。	調乳 ゼリー せんべい	ひじき軟飯→ひじきごはん みそ汁	
25 月	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 豚肉と大根の煮物 みそ汁	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。	調乳 ☆フルーツ ヨーグルト和え	軟飯→ごはん 豚肉と大根の煮物 みそ汁	
26 火	調乳 ビスケット	パンがゆ→コッペパン トマトと卵のスープ 煮込みマカロニ デ)バナナ	コッペパン 野菜スープ【黒糖コッペパン】。卵 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。	調乳 ミニゼリー ポーロ	黒糖コッペパン トマトと卵のスープ 煮込みマカロニ デ)バナナ	
27 水	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 白身魚の野菜煮 みそ汁	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁(油【完了】) 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	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 照り焼き魚 みそ汁	
28 木	調乳 ウエハース	パンがゆ→ロールパン 鶏団子あんかけ 野菜スープ	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 砂糖 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。	調乳 ☆ぶどうジュース ゼリー せんべい	ロールパン 鶏団子あんかけ 野菜スープ	
29 金	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 卵とじ みそ汁	米。牛肉 人参 三度豆 卵 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。	調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん 卵とじ みそ汁	
30 土	調乳 せんべい	煮込みスパゲッティ バナナ	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	調乳 ふかし芋 せんべい	煮込みスパゲッティ バナナ	

☆印は手作りおやつです。