



7月の離乳食献立表（初期～中期）



令和8年7月1日

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(水)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米 じゃが芋 玉ねぎ だし汁 ブロッコリー 人参 だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 肉じゃが・野菜スープ ヨーグルト	調乳 すいか せんべい	米 / 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 代替）豚肉 / ブロッコリー 人参 コーン缶 しょう油 だし汁 / ヨーグルト(プレーン) (すいか)
2(木)	パンがゆ 豆腐のすり流し 野菜の煮つぶし	ロールパン 育児用ミルク 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁 キャベツ かぼちゃ だし汁	調乳 すりおろし りんご	調乳 せんべい	パンがゆ 豆腐のそぼろあんかけ 野菜スープ	調乳 りんご せんべい	ロールパン 育児用ミルク / 木綿豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ 片栗粉 しょう油 三温糖 だし汁 代替）じゃがいも 代替）豚ひき肉 / キャベツ かぼちゃ 人参 しょう油 だし汁 (りんご)
3(金)	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のくたくた煮	米 カレイ 玉ねぎ 片栗粉 だし汁 小松菜 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁	調乳 ビスケット せんべい	米 / カレイ 人参 みそ 三温糖 だし汁 代替）豚肉 / 木綿豆腐 小松菜 人参 玉ねぎ だし汁 しょう油 /
4(土)	すりつぶしがゆ 野菜のすりつぶし 野菜の煮つぶし	米 はくさい 人参 だし汁 大根 小松菜 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物 青菜のスープ	調乳 ももゼリー せんべい	米 / 豚肉 はくさい 人参 玉ねぎ しょう油 三温糖 だし汁 / 大根 小松菜 人参 しょう油 だし汁 (ももゼリー)
6(月)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のすりつぶし	米 木綿豆腐 キャベツ だし汁 さつまいも 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	調乳 ☆やわらかかぼちゃ ホットケーキ	米 / 木綿豆腐 玉ねぎ キャベツ 人参 だし汁 三温糖 しょう油 片栗粉 代替）豚肉 / さつまいも 小松菜 玉ねぎ 人参 みそ だし汁 (ホットケーキミックス かぼちゃ)
7(火)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し そうめんのくたくた煮	米 木綿豆腐 人参 だし汁 そうめん 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉豆腐 七タ汁	調乳 七タゼリー せんべい	米 / 牛肉 木綿豆腐 人参 だし汁 三温糖 しょう油 代替）豚肉 / そうめん 人参 しょう油 だし汁 (七タゼリー)
8(水)	すりつぶしがゆ 野菜のすりつぶし 野菜の煮つぶし	米 玉ねぎ 人参 トマト だし汁 チンゲン菜 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 肉と野菜のトマト煮 春雨スープ	調乳 ☆ぶどうジュースゼリー せんべい	米 / 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 トマト しょう油 三温糖 だし汁 / はるさめ 人参 玉ねぎ チンゲン菜 しょう油 だし汁 (ぶどうジュース ゼラチン)
9(木)	パンがゆ 野菜のすりつぶし マッシュポテト	ロールパン 野菜スープ 玉ねぎ 小松菜 だし汁 じゃが芋 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 卵黄とじ 豆乳スープ	調乳 ビスケット せんべい	ロールパン 野菜スープ / 卵黄 玉ねぎ 人参 小松菜 三温糖 しょう油 だし汁 代替）豚肉 / じゃが芋 玉ねぎ 人参 豆乳 しょう油 だし汁
10(金)	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米 カレイ 玉ねぎ 片栗粉 だし汁 さつまいも 人参 だし汁	調乳 すりおろし りんご	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 りんご せんべい	米 / カレイ しょう油 三温糖 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)
11(土)	うどんのくたくた煮 すりおろしりんご	うどん 人参 玉ねぎ キャベツ だし汁 りんご	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん りんご	調乳 ふかしおじゃが せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 しょう油 だし汁 / りんご (じゃがいも)
13(月)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜の煮つぶし	米 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁 人参 大根 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐のそぼろあんかけ 野菜スープ	調乳 バナナ せんべい	米 / 木綿豆腐 合挽きミンチ 玉ねぎ 片栗粉 しょう油 三温糖 だし汁 代替）豚ミンチ / 人参 大根 玉ねぎ だし汁 しょう油 (バナナ)
14(火)	パンがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	食パン 育児用ミルク トマト 玉ねぎ 人参 だし汁 ほうれん草 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ なすのトマト煮・野菜スープ デザート（メロン）	調乳 ふかしおじゃが せんべい	食パン 育児用ミルク / なす トマト 豚ひき肉 玉ねぎ ほうれん草 人参 しょう油 だし汁 / 人参 小松菜 玉ねぎ しょう油 だし汁 / メロン (じゃがいも)
15(水)	すりつぶしがゆ 野菜のすりつぶし 野菜の煮つぶし	米 かぼちゃ 玉ねぎ だし汁 キャベツ 人参 だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豚肉とかぼちゃの煮物 みそ汁・フレッシュゼリー	調乳 すいか せんべい	米 / 豚肉 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 / キャベツ 玉ねぎ 人参 みそ だし汁 / フレッシュゼリー (すいか)
16(木)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のくたくた煮	米 木綿豆腐 はくさい だし汁 チンゲン菜 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 牛肉の卵黄とじ みそ汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米 / 牛肉 人参 はくさい 卵黄 三温糖 しょう油 だし汁 代替）豚肉 / 木綿豆腐 チンゲン菜 人参 玉ねぎ みそ だし汁 (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
17(金)	すりつぶしがゆ 魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米 カレイ はくさい 片栗粉 だし汁 じゃが芋 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 野菜スープ	調乳 バナナ せんべい	米 / カレイ はくさい 三温糖 しょう油 だし汁 代替）豚肉 / 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しょう油 だし汁 (バナナ)
18(土)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のすりつぶし	米 玉ねぎ キャベツ だし汁 はくさい 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 牛肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ふかしいも せんべい	米 / 牛肉 玉ねぎ キャベツ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 代替）豚肉 / はくさい 人参 玉ねぎ みそ だし汁 (さつまいも)
21(火)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のくたくた煮	米 木綿豆腐 人参 玉ねぎ だし汁 ほうれん草 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と豆腐の煮物 みそ汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米 / 豚肉 木綿豆腐 人参 玉ねぎ しょう油 三温糖 だし汁 / 人参 玉ねぎ ほうれん草 だし汁 みそ (フレッシュゼリー)
22(水)	パンがゆ じゃが芋のトマト煮 野菜の煮つぶし	食パン 育児用ミルク じゃが芋 玉ねぎ トマト だし汁 人参 きゅうり だし汁	調乳	調乳 ポーロ	パンがゆ トマトと卵黄のスープ 煮びたし	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	食パン 育児用ミルク / 卵黄 豚肉 トマト じゃが芋 玉ねぎ しょう油 だし汁 代替）豚肉 代替）コーン / 人参 きゅうり しょう油 だし汁 (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
23(木)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜の煮つぶし	米 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁 小松菜 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉の煮物・すまし汁 デザート（すいか）	調乳 ☆やわらかうどんの きな粉まぶし	米 / 豚肉 玉ねぎ 人参 三温糖 しょう油 だし汁 / 木綿豆腐 小松菜 玉ねぎ 人参 しょう油 だし汁 / すいか (うどん きな粉 上白糖)
24(金)	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のくたくた煮	米 カレイ キャベツ 片栗粉 だし汁 じゃが芋 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆やわらか人参 ホットケーキ	米 / カレイ キャベツ しょう油 三温糖 だし汁 代替）豚肉 / じゃが芋 人参 玉ねぎ みそ だし汁 / (にんじんジュース ホットケーキミックス)
25(土)	すりつぶしがゆ 野菜のすりつぶし マッシュポテト	米 玉ねぎ 人参 だし汁 じゃが芋 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが バナナ	調乳 みかんゼリー せんべい	米 / 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 / バナナ (みかんゼリー)
27(月)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし そうめんのくたくた煮	米 玉ねぎ なす 人参 だし汁 そうめん 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉と野菜のみそ煮 すまし汁・デ すいか	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米 / 豚肉 玉ねぎ なす 人参 片栗粉 みそ 三温糖 だし汁 / そうめん 人参 しょう油 だし汁 / すいか (フレッシュゼリー)
28(火)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のすりつぶし	米 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐のそぼろあんかけ 卵黄汁	調乳 バナナ せんべい	米 / 木綿豆腐 豚ひき肉 玉ねぎ 片栗粉 しょう油 三温糖 だし汁 代替）じゃが芋 / 卵黄 玉ねぎ 人参 片栗粉 しょう油 だし汁 代替）豚肉 (バナナ)
29(水)	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のくたくた煮	米 カレイ 玉ねぎ 片栗粉 だし汁 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 煮魚 すまし汁	調乳 ビスケット せんべい	米 / カレイ しょう油 三温糖 だし汁 代替）豚肉 / 木綿豆腐 人参 玉ねぎ しょう油 だし汁
30(木)	パンがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のすりつぶし	ロールパン 育児用ミルク かぼちゃ 玉ねぎ だし汁 大根 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 野菜のトマト煮 野菜スープ	調乳 ふかしいも せんべい	ロールパン 育児用ミルク / 豚肉 なす 玉ねぎ 人参 かぼちゃ トマト缶 しょう油 だし汁 / 大根 玉ねぎ 人参 しょう油 だし汁 / (さつまいも)
31(金)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のくたくた煮	米 木綿豆腐 人参 だし汁 ほうれん草 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐のそぼろ煮 豚汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米 / 木綿豆腐 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 片栗粉 しょう油 三温糖 だし汁 代替）じゃが芋 / 豚肉 大根 人参 玉ねぎ みそ だし汁 (フレッシュゼリー)

☆印は手作りおやつです。