



7月の離乳食献立表（初期～中期）



令和7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(火)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜すりつぶし	米 じゃが芋 玉ねぎ だし汁 キャベツ きゅうり だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	調乳 バナナ せんべい	米 / 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース しょう油 三温糖 だし汁 代替) 豚肉 / キャベツ きゅうり しょう油 だし汁 / ヨーグルト(プレーン) (バナナ)
2(水)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 豆腐のすりつぶし	米 カレイ 玉ねぎ 片栗粉 だし汁 木綿豆腐 小松菜 人参 だし汁	調乳	調乳 ボーロ	かゆ 煮魚 すまし汁	調乳 ☆ミルクゼリー	米 / カレイ 玉ねぎ 三温糖 しょう油 だし汁 片栗粉 代替) 豚肉 / 木綿豆腐 小松菜 人参 しょう油 だし汁 (ゼラチン 育児用ミルク)
3(木)	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜のミルク煮	米 木綿豆腐 ほうれん草 だし汁 大根 人参 玉ねぎ 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐の煮物・豚汁 デザート(すいか)	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米 / 豚ひき肉 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 ほうれん草 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 / すいか (フレッシュゼリー)
4(金)	パンがゆ 豆腐すり流し 野菜のすりつぶし	ロールパン 育児用ミルク 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 だし汁 かぼちゃ キャベツ だし汁	調乳 りんごの すりおろし	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 ☆フルーツあえ	ロールパン 育児用ミルク / 鶏ひき肉 木綿豆腐 玉ねぎ 片栗粉 だし汁 しょう油 三温糖 代替) 豚ひき肉 代替) じゃが芋 / かぼちゃ キャベツ 人参 しょう油 だし汁 (りんご バナナ)
5(土)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米 白菜 玉ねぎ 人参 だし汁 大根 小松菜 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 野菜の煮物 野菜スープ	調乳 ふかしおじゃが せんべい	米 / 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 片栗粉 しょう油 三温糖 だし汁 / 大根 小松菜 人参 だし汁 しょう油 / (じゃがいも)
7(月)	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し そうめんのくたくた煮	米 木綿豆腐 玉ねぎ キャベツ だし汁 そうめん 人参 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐の鮭あんかけ 七タ汁	調乳 七タゼリー せんべい	米 / 木綿豆腐 鮭(缶詰) 玉ねぎ キャベツ 小麦粉 だし汁 しょう油 三温糖 代替) じゃが芋 代替) 豚ひき肉 そうめん 人参 玉ねぎ だし汁 しょう油 / (七タゼリー)
8(火)	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜のミルク煮	米 木綿豆腐 玉ねぎ 小松菜 だし汁 さつま芋 人参 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉と豆腐の煮物 みそ汁	調乳 ☆やわらか かぼちゃのお焼き	米 / 牛肉 木綿豆腐 玉ねぎ 三温糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 代替) じゃが芋 / さつま芋 小松菜 人参 だし汁 みそ (小麦粉 片栗粉 かぼちゃ)
9(水)	すりつぶしがゆ マッシュポテト 野菜のくたくた煮	米 じゃが芋 育児用ミルク 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 だし汁	調乳	調乳 ボーロ	かゆ じゃが芋とトマトのそぼろ煮 野菜スープ	調乳 ビスケット せんべい	米 / 豚ひき肉 トマト じゃが芋 玉ねぎ トマトピューレ 片栗粉 トマトケチャップ だし汁 / はるさめ 人参 チンゲン菜 しょう油 だし汁
10(木)	パンがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	ロールパン 育児用ミルク 人参 玉ねぎ 小松菜 だし汁 玉ねぎ 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 デザート(バナナ)	調乳 フレッシュゼリー せんべい	ロールパン 育児用ミルク / 卵黄 ツナ水煮缶 人参 玉ねぎ グリンピース 三温糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 小松菜 玉ねぎ じゃが芋 人参 だし汁 豆乳 / バナナ (フレッシュゼリー)
11(金)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜のくたくた煮	米 カレイ はくさい 片栗粉 だし汁 玉ねぎ 人参 ほうれん草 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 野菜スープ	調乳 キウイ せんべい	米 / カレイ はくさい だし汁 しょう油 三温糖 片栗粉 代替) 豚肉 / じゃが芋 玉ねぎ 人参 ほうれん草 だし汁 しょう油 / (キウイ)
12(土)	うどんのくたくた煮 豆腐のすり流し	うどん 玉ねぎ キャベツ だし汁 木綿豆腐 人参 小松菜 だし汁	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん 野菜スープ バナナ	調乳 ももゼリー せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ しょう油 だし汁 / 木綿豆腐 人参 小松菜 だし汁 しょう油 / バナナ (ももゼリー)
14(月)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 豆腐のすりつぶし	米 カレイ 片栗粉 だし汁 木綿豆腐 人参 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 すまし汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米 / カレイ だし汁 しょう油 三温糖 片栗粉 代替) 豚肉 / 木綿豆腐 人参 玉ねぎ だし汁 しょう油 / (フレッシュゼリー)
15(火)	パンがゆ 野菜すりつぶし 野菜のミルク煮	食パン 育児用ミルク なす 玉ねぎ 人参 だし汁 人参 ほうれん草 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ なすとトマトのそぼろ煮 野菜スープ・デザート(メロン)	調乳 ふかしおじゃが	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 トマトケチャップ 三温糖 だし汁 小麦粉 / 豚肉 人参 小松菜 だし汁 しょう油 / アムスメロン (じゃがいも)
16(水)	すりつぶしがゆ 野菜すりつぶし 野菜の煮つぶし	米 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 だし汁 ブロッコリー 人参 だし汁	調乳	調乳 ボーロ	かゆ 豚肉と夏野菜の煮物 煮びたし・フレッシュゼリー	調乳 すいか せんべい	米 / 豚肉 ブッキーニ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 / ブロッコリー 人参 だし汁 しょう油 / フレッシュゼリー (すいか)
17(木)	すりつぶしがゆ マッシュポテト 豆腐すり流し	米 じゃが芋 育児用ミルク 木綿豆腐 大根 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ じゃが芋のそぼろ煮 野菜スープ	調乳 ☆やわらかホットケーキ	米 / じゃが芋 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 だし汁 トマトケチャップ 片栗粉 代替) 豚ひき肉 / 木綿豆腐 大根 人参 しょう油 だし汁 (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
18(金)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜のくたくた煮	米 カレイ 玉ねぎ 片栗粉 だし汁 さつま芋 ブロッコリー 人参 だし汁	調乳 りんごの すりおろし	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆フルーツあえ	米 / カレイ 玉ねぎ しょう油 三温糖 だし汁 片栗粉 代替) 豚肉 / さつま芋 ブロッコリー 人参 みそ だし汁 (バナナ りんご)
19(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 キャベツ だし汁 はくさい 人参 育児用ミルク	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 (さつま芋)
22(火)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 豆腐のすり流し	米 大根 人参 玉ねぎ だし汁 木綿豆腐 ほうれん草 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 ☆ミルクゼリー せんべい	米 / 豚肉 大根 人参 しょう油 三温糖 だし汁 / 木綿豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 だし汁 みそ 代替) 豚肉 (ゼラチン 育児用ミルク)
23(水)	パンがゆ マッシュポテト 野菜の煮つぶし	食パン 育児用ミルク じゃが芋 育児用ミルク 人参 きゅうり 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 ボーロ	パンがゆ 卵黄とじ 煮びたし	調乳 バナナ せんべい	食パン 育児用ミルク / 卵黄 トマト じゃが芋 玉ねぎ しょう油 三温糖 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉 / 人参 きゅうり しょう油 だし汁 (バナナ)
24(木)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 豆腐のすり流し	米 人参 玉ねぎ 小松菜 だし汁 木綿豆腐 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 野菜の煮物・すまし汁 デザート(すいか)	調乳 ☆やわらかホットケーキ	米 / 豚肉 人参 玉ねぎ しょう油 三温糖 だし汁 / 木綿豆腐 小松菜 人参 だし汁 しょう油 代替) 豚肉 / すいか (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
25(金)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜のミルク煮	米 メルルーサ キャベツ 片栗粉 だし汁 じゃが芋 人参 玉ねぎ 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆やわらか にんじんホットケーキ	米 / メルルーサ キャベツ 三温糖 しょう油 だし汁 片栗粉 代替) 豚肉 / じゃが芋 人参 玉ねぎ みそ だし汁 / (ホットケーキミックス にんじんジュース)
26(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 みかんゼリー せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ しょう油 だし汁 / りんご (みかんゼリー)
28(月)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 豆腐のすり流し	米 人参 はくさい 玉ねぎ だし汁 木綿豆腐 チンゲン菜 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 牛肉の卵黄とじ・みそ デザート(メロン)	調乳 フレッシュゼリー せんべい	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 代替) 豚肉 / アムスメロン (フレッシュゼリー)
29(火)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のミルク煮	米 木綿豆腐 ブロッコリー だし汁 玉ねぎ 人参 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐のそぼろあんかけ かきたま汁	調乳 ☆バナナヨーグルト和え	米 / 木綿豆腐 豚ひき肉 玉ねぎ ブロッコリー 片栗粉 しょう油 だし汁 三温糖 代替) じゃが芋 / 卵 玉ねぎ 人参 片栗粉 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 (バナナ ヨーグルト(プレーン))
30(水)	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 りんごの すりおろし	調乳 ボーロ	かゆ 豚肉となすのみそ煮 そうめんのすまし汁	調乳 りんご せんべい	米 / 豚肉 玉ねぎ なす 人参 みそ だし汁 三温糖 しょう油 片栗粉 / そうめん 人参 だし汁 しょう油 (りんご)
31(木)	パンがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のすりつぶし	ロールパン 育児用ミルク なす 玉ねぎ 人参 だし汁 かぼちゃ 大根 玉ねぎ 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 ビスケット せんべい	ロールパン 育児用ミルク / なす 玉ねぎ 人参 かぼちゃ トマト(缶)カット トマトケチャップ だし汁 / 大根 玉ねぎ 人参 だし汁 しょう油

☆印は手作りおやつです。