

2025年 7月献立表 (離乳食)

日 曜	午前食	主な材料	おやつ ()内は、主な材料です。	日 曜	午前食	主な材料	おやつ ()内は、主な材料です。
1 火	軟飯 じゃがいものカレーそぼろ煮 ほうれん草と人参の煮浸し	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ ほうれん草 人参	りんごのコンポート (りんご さつまいも レーズン)	16 水	軟飯 ツナとかぼちゃの煮もの じゃがいもスティック	米 ツナ かぼちゃ しめじ グリンピース じゃがいも	小松菜としらすのごはん (米 小松菜 しらす干し)
2 水	軟飯 ツナとキャベツのトマト煮 かぼちゃの煮もの	米 ツナ キャベツ 人参 トマト かぼちゃ	かつおごはん (米 かつお節)	17 木	軟飯 じゃがいものカレーそぼろ煮 ほうれん草と人参の煮浸し	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ ほうれん草 人参	さつまいもようかん (さつまいも 寒天)
3 木	軟飯 さつまいもの煮もの 人参スティック	米 鶏肉 さつまいも 三度豆 人参	のりポテト (じゃがいも 青のり)	18 金	軟飯 さつまいもの煮もの 人参スティック	米 鶏肉 さつまいも 三度豆 人参	マカロニのトマト煮 (マカロニ 鶏肉 トマト ブロッコリー 玉ねぎ しめじ)
4 金	軟飯 魚のコーンソースがけ キャベツののり和え	米 白身魚 コーン 人参 玉ねぎ キャベツ のり	苺蒸しパン (ホットケーキミックス 苺ジャム)	19 土	軟飯 煮豆腐 ブロッコリーのおかか和え	米 豆腐 小松菜 人参 しめじ ブロッコリー かつお節	かぼちゃとグリンピースのサラダ (かぼちゃ グリンピース)
5 土	軟飯 煮豆腐 ブロッコリーのおかか和え	米 豆腐 小松菜 人参 しめじ ブロッコリー かつお節	さつまいもの茶巾絞り (さつまいも)	22 火	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ 小松菜の煮浸し	米 鶏肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ 小松菜	野菜蒸しパン (ホットケーキミックス ブロッコリー 人参)
7 月	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ 小松菜の煮浸し	米 鶏肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ 小松菜	りんごかん (りんごジュース 寒天)	23 水	軟飯 ツナとキャベツのトマト煮 かぼちゃの煮もの	米 ツナ キャベツ 人参 トマト かぼちゃ	スイートパンプキン (かぼちゃ)
8 火	軟飯 高野豆腐のみそ風味煮 三度豆のおかか和え	米 高野豆腐 椎茸 グリンピース 三度豆 人参 かつお節	じゃがいものお焼き (じゃがいも 青のり)	24 木	軟飯 高野豆腐のみそ風味煮 三度豆のおかか和え	米 高野豆腐 椎茸 グリンピース 三度豆 人参 かつお節	きなこミルク寒 (豆乳 きなこ 寒天)
9 水	軟飯 魚のトマトソースがけ ほうれん草の煮浸し	米 白身魚 トマト 玉ねぎ ブロッコリー ほうれん草 人参	りんご蒸しパン (ホットケーキミックス りんご)	25 金	軟飯 魚のみそ煮 三度豆と人参の温サラダ	米 白身魚 かぼちゃ ブロッコリー 三度豆 人参	煮込みうどん (うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ 椎茸)
10 木	軟飯 鶏じゃが 小松菜のおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ しめじ 小松菜 かつお節	そぼろごはん (米 鶏肉 三度豆)	26 土	軟飯 赤ちゃんマーボー キャベツのスープ	米 豆腐 鶏肉 人参 椎茸 キャベツ 玉ねぎ	人参蒸しパン (ホットケーキミックス 人参)
11 金	軟飯 魚のみそ煮 三度豆と人参の温サラダ	米 白身魚 かぼちゃ ブロッコリー 三度豆 人参	かぼちゃのレモン煮 (かぼちゃ レモン果汁)	28 月	軟飯 魚の野菜あんかけ さつまいもスティック	米 白身魚 人参 椎茸 ブロッコリー さつまいも	ツナとほうれん草のごはん (米 ツナ ほうれん草)
12 土	軟飯 赤ちゃんマーボー キャベツのスープ	米 豆腐 鶏肉 人参 椎茸 キャベツ 玉ねぎ	わかめごはん (米 わかめ 人参)	29 火	軟飯 豆腐の白和え風 ブロッコリーのやわらか煮	米 豆腐 ほうれん草 人参 椎茸 ブロッコリー	バナナホットケーキ (ホットケーキミックス バナナ)
14 月	軟飯 魚の野菜あんかけ さつまいもスティック	米 白身魚 人参 椎茸 ブロッコリー さつまいも	みそおじや (米 ツナ 三度豆 人参)	30 水	軟飯 魚のトマトソースがけ ほうれん草の煮浸し	米 白身魚 トマト 玉ねぎ ブロッコリー ほうれん草 人参	グリンピースごはん (米 グリンピース)
15 火	軟飯 豆腐の白和え風 ブロッコリーのやわらか煮	米 豆腐 ほうれん草 人参 椎茸 ブロッコリー	焼きバナナ (バナナ)	31 木	軟飯 鶏じゃが 小松菜のおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ しめじ 小松菜 かつお節	さつまいものきなこ和え (さつまいも きなこ)

★この献立は後期食を基準に作成しています。中期食は、後期食のメニューを基に成長に合わせて固さや大きさ、味を調整しています。

前期食は、アクの少ない野菜をペースト状にして提供しています。

★後期食から、おやつを提供しています。

★後期食については、午前食に果物がついています。

★調味料は記載していませんが、中期食より使用しています。(砂糖、塩、みそ、しょうゆなど)