## 令和7年7月 保育園の離乳食献立表

	Til	<u>扣 '/ 扫</u>	- 1 月 保育園( <i>0</i>	が	<u> </u>		T +11=1 1 11=	発行:加茂市こども未来課
日	曜	離乳完了期(生後12~18か月頃)			離乳後期(生後9~11か月頃)		離乳中期 (生後7~8か月頃)	離乳初期 (生後5~6か月頃)
	唯	午 前	お 昼	午 後	午 前	午 後	午前	午前
		1 133	ごはん	ジュース	硬かゆ	麩と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
1	火	牛乳	さけの照焼 五目きんぴら		白身魚のくずあん煮	みそおじや	白身魚のくずあん煮	たまねぎの煮つぶし
'		1 30	なすのみそ汁	乳児用おかし	なすのみそ汁	チーズ	なすのみそ汁	麩の煮つぶし
			ごはん 豆腐のチャンプル	牛乳	硬かゆ	l	おかゆ	<u> </u>
2	٦٧	ヨーク゛ルト	じゃがいもの揚げ煮	十五	受がり 豆腐のとろとろ煮	豚肉と野菜の おじや	豆腐のとろとろ煮	じゃがいもの煮つぶし
	水	コーソ ルト		乳児用おかし				
			メロンコンポート	4-W	野菜スープ	チーズ	野菜スープ	豆腐の煮つぶし
2	_		ごはん	牛乳	硬かゆ	鶏肉と野菜の おじや	おかゆ	つぶしがゆ
3	木	牛乳	肉じゃが	乳児用おかし	肉じゃが		肉じゃが	きゃべつの煮つぶし
			パインサラダ		キャベツのやわらか煮	チーズ	キャベツのやわらか煮	麩の煮つぶし
	^			牛乳	硬かゆ	豚肉と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
4	金	牛乳	焼肉 トマトスープ	乳児用おかし	麩のうま煮	みそおじや	麩のうま煮	じゃがいもの煮つぶし
			キウイコンポート	30,0,130,10	野菜スープ	キウイコンポート	野菜スープ	麩の煮つぶし
7			ごはん		硬かゆ	鶏肉と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
	月	牛乳	鶏肉の照焼 はるさめスープ	七タゼリー	麩のやわらか煮	おじや	麩のやわらか煮	キャベツの煮つぶし
			きゅうりの華風あえ		野菜のみそ汁	チーズ	野菜のみそ汁	麩の煮つぶし
			ごはん 炒り豆腐	牛乳	硬かゆ	鶏肉と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
8	火	牛乳	じゃがいものケチャップあえ	~!!!	豆腐のとろとろ煮	みそおじや	豆腐のとろとろ煮	じゃがいもの煮つぶし
		1 35	すいかコンポート	乳児用おかし	野菜スープ	すいかコンポート	野菜スープ	豆腐の煮つぶし
			ごはん 小松菜とえのきのみそ汁	ヨーク゛ルト	硬かゆ	鶏肉と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
9	水	牛乳	たらのたつた揚げ	_ ,	白身魚のくずあん煮	おじや	白身魚のくずあん煮	キャベツの煮つぶし
,			たりめたりた場け ひじきサラダ	乳児用おかし	野菜のみそ汁	チーズ	野菜のみそ汁	まの煮つぶし 数の煮つぶし
				牛乳	ず <del>来のので</del> が		おかゆ	<u> </u>
10	木	牛乳				豚肉と野菜の みそおじや		
10			厚揚げの中華風煮	乳児用おかし	豆腐のとろとろ煮		豆腐のとろとろ煮	こまつなの煮つぶし
			キウイコンポート		野菜スープ	ヨーグルト	野菜スープ	豆腐の煮つぶし
11	^			ヨーク゛ルト	硬かゆ	煮そうめん	おかゆ	つぶしがゆ
	金	牛乳	さけのごまみそ焼き	乳児用おかし	豆腐のくずあん煮		豆腐のくずあん煮	にんじんの煮つぶし
			キャベツのおかかあえ		野菜のみそ汁	チーズ	野菜のみそ汁	豆腐の煮つぶし
14	月	∃−ク*ルト	ごはん	牛乳	硬かゆ	鶏肉と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
			親子煮 中華サラダ	乳児用おかし	麩のうま煮	おじや	麩のうま煮	にんじんの煮つぶし
			メロンコンポート	4020H9377.O	野菜スープ	メロンコンポート	野菜スープ	麩の煮つぶし
			ごはん	牛乳	硬かゆ	レフレフルゲー・	おかゆ	つぶしがゆ
15	火	牛乳	ハッシュドポーク	到旧田十九二	麩のやわらか煮	トマトスパゲティ	麩のやわらか煮	キャベツの煮つぶし
	,		キャベツのマリネ チーズ	乳児用おかし	野菜のみそ汁	チーズ	野菜のみそ汁	麩の煮つぶし
			煮込みうどん	麦茶		鶏肉と野菜の		つぶしがゆ
16	水	牛乳	乳肉のたつた揚げ ゼリー		煮込みうどん	おじや	煮込みうどん	にんじんの煮つぶし
	会献立		きゅうりともやしのサラダ	乳児用おかし	かぼちゃのやわらか煮	チーズ	かぼちゃのやわらか煮	麩の煮つぶし
			ごはん キウイコンポート	牛乳	硬かゆ	鶏肉と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
17	木	牛乳	半つぶし 大戸と弾肉の考込み		豆腐のくずあん煮	みそおじや	豆腐のくずあん煮	ほうれん草の煮つぶし
			ほうれん草ともやしのひたし	乳児用おかし	野菜スープ	チーズ	野菜スープ	豆腐の煮つぶし
				ヨーク゛ルト	硬かゆ	, ,	おかゆ	つぶしがゆ
18	金	牛乳	さばのみそ煮 豆腐汁	יוער לייב	ロ身魚のとろとろ煮	麩と野菜のおじや	白身魚のとろとろ煮	トマトの煮つぶし
				乳児用おかし		- 6°11 I		
			トマトときゅうりのサラダ		野菜スープ	ヨーグルト	野菜スープ	豆腐の煮つぶし
	,1.			牛乳	硬かゆ	麩と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
22	火	ヨーク゛ルト	コールスローサラダ	ミルク	白身魚のくずあん煮	みそおじや	白身魚のくずあん煮	かぼちゃの煮つぶし
			かぼちゃのみそ汁	スティック	かぼちゃのみそ汁	ヨーグルト	かぼちゃのみそ汁	麩の煮つぶし
		1		ヨーク゛ルト	硬かゆ	鶏肉と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
23	水	牛乳	豚肉の甘辛煮 ゼリー	乳児用おかし	麩のうま煮	おじや	麩のうま煮	じゃがいもの煮つぶし
			きゅうりともやしのごまサラダ		野菜のみそ汁	チーズ	野菜のみそ汁	麩の煮つぶし
			ごはん さけのフライ	牛乳	硬かゆ	7/101- 2 - 22) / (Caron C	おかゆ	つぶしがゆ
24	木	牛乳	ブロッコリーのごま正油	乳児用おかし	白身魚のくずあん煮	おじや	白身魚のくずあん煮	ブロッコリーの煮つぶし
		<u> </u>	キャベツとわかめのスープ	からいまのかり	野菜スープ	チーズ	野菜スープ	麩の煮つぶし
			ごはん ゆでマカロニ	牛乳	硬かゆ	S_ L 7 + U =	おかゆ	つぶしがゆ
25	金	牛乳	煮込みハンバーグ	51.ID.m.(1.1.1.1	豆腐のくずあん煮	ミートマカロニ	豆腐のくずあん煮	にんじんの煮つぶし
			高野豆腐のスープ	乳児用おかし	野菜のみそ汁	チーズ	野菜のみそ汁	豆腐の煮つぶし
				牛乳	硬かゆ	豚肉と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
28	月	ヨーク゛ルト	キャベツのみそ汁		白身魚のくずあん煮	おじや	白身魚のくずあん煮	じゃがいもの煮つぶし
20	١,٦		すき昆布の炒め煮	乳児用おかし	じゃがいものみそ汁	ヨーグルト	じゃがいものみそ汁	麩の煮つぶし
				 牛乳	硬かゆ	/ // !	おかゆ	<u> </u>
20	火	ヨーク゛ルト		一九		煮そうめん		
29			麻婆豆腐 メロンコンポート	乳児用おかし	麻婆豆腐	VD3.33.48	麻婆豆腐 野芸スープ	かぼちゃの煮つぶし
			かぼちゃのごま衣揚げ	- F* " !	野菜スープ	メロンコンポート	野菜スープ	豆腐の煮つぶし
00	-レ	44 501	ごはん	ヨーク゛ルト	硬かゆ	鶏肉と野菜の	おかゆ	つぶしがゆ
30	水	牛乳	ツナ卵の豚汁	乳児用おかし	豆腐のくずあん煮	みそおじや	豆腐のくずあん煮	ブロッコリーの煮つぶし
			ブロッコリーのごまあえ		野菜スープ	ヨーグルト	野菜スープ	豆腐の煮つぶし
			ごはん フライドポテト	牛乳	硬かゆ	トマトスパゲティ	おかゆ	つぶしがゆ
	_							
31	木	牛乳	半つぶしポークビーンズ	乳児田おかし	豆腐のとろとろ煮		豆腐のとろとろ煮	じゃがいもの煮つぶし
31	木	牛乳	半つぶしポークビーンズ キャベツのひたし	乳児用おかし	豆腐のとろとろ煮 じゃがいも汁	チーズ	豆腐のとろとろ煮 じゃがいも汁	じゃがいもの煮つぶし 豆腐の煮つぶし

<sup>☆</sup> お子さんの様子を見ながら使う食品・離乳食の形態を調整します。
☆ 離乳食初期の献立は6ヶ月頃を目安にしたものです。離乳食開始直後は「おかゆ」のみ、慣れたら「おかゆ+野菜」、その後「おかゆ+野菜+麩・豆腐」の順に進めます。
☆ くだものは、すいか、メロン、キウイフルーツ等を予定しています。