



2023年7月 どんぐりこども園 離乳食 中期・後期予定献立表



日	曜日	初期5~6ヶ月頃	材料	中期7~8ヶ月頃	材料	後期9~11ヶ月頃	材料
1	土			全がゆ しらすとさつま芋の甘露 野菜のすまし汁	米 しらす・さつま芋 人参・玉ねぎ	全がゆ~軟飯 しらすとさつま芋の甘露 野菜のすまし汁	米 しらす・さつま芋 人参・玉ねぎ
3	月			全がゆ 豆腐の煮物 ビーフン煮 大根のスープ	米 豆腐・玉ねぎ ビーフン・人参 大根	全がゆ~軟飯 肉豆腐 ビーフン煮 大根のスープ	米 豚肉・豆腐・玉ねぎ ビーフン・人参 大根
4	火			全がゆ カレイの味噌煮 キャベツと人参のお浸し 玉ねぎのすまし汁	米 カレイ キャベツ・人参 玉ねぎ	全がゆ~軟飯 カレイの味噌煮 キャベツと人参のお浸し 玉ねぎのすまし汁	米 カレイ キャベツ・人参 玉ねぎ
5	水			全がゆ なすとかぼちゃのシチュー スパゲティ煮	米 鶏肉・なす・かぼちゃ 玉ねぎ・牛乳 スパゲティ・人参	全がゆ~軟飯 なすとかぼちゃのシチュー スパゲティ煮	米 鶏肉・なす・かぼちゃ 玉ねぎ・牛乳 スパゲティ・人参
6	木			全がゆ 高野豆腐の煮物 切干大根煮 麩と長ねぎの味噌汁 煮込みそうめん	米 高野豆腐・チンゲン菜 切干大根・人参 麩・長ねぎ そうめん	全がゆ~軟飯 豚肉と高野豆腐の煮物 切干大根煮 麩と長ねぎの味噌汁 煮込みそうめん	米 豚肉・高野豆腐・チンゲン菜 切干大根・人参 麩・長ねぎ 鶏肉・人参 もやし・納豆
7	金			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 大根の味噌汁	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 大根・長ねぎ	全がゆ~軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 大根の味噌汁	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 大根・長ねぎ
10	月			全がゆ 鶏肉の照り煮 人参の煮物 マカロニスープ	米 鶏肉 人参・玉ねぎ マカロニ	全がゆ~軟飯 鶏肉のケチャップ煮 ひじきの煮物 マカロニスープ	米 鶏肉 ひじき・人参・玉ねぎ マカロニ
11	火			全がゆ カレイの味噌煮 野菜の煮びたし 長ねぎのすまし汁	米 カレイ 人参・もやし 長ねぎ	全がゆ~軟飯 カレイの味噌煮 野菜の煮びたし わかめと長ねぎのすまし汁	米 カレイ 人参・もやし わかめ・長ねぎ
12	水			全がゆ 野菜のそぼろ煮 キャベツのお浸し 麩のスープ	米 鶏肉・人参・玉ねぎ キャベツ・もやし 麩	全がゆ~軟飯 野菜のそぼろ煮 キャベツのお浸し 麩のスープ	米 鶏肉・人参・玉ねぎ キャベツ・もやし 麩
13	木			全がゆ 鶏大根 ほうれん草の煮物 長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・大根 ほうれん草・人参 長ねぎ	全がゆ~軟飯 鶏大根 ほうれん草の煮物 長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・大根 ほうれん草・人参 長ねぎ
14	金			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 さつま芋の甘露 玉ねぎのスープ	食パン 高野豆腐・人参・ピーマン さつま芋 玉ねぎ	全がゆ~軟飯 パンクチャップ風 さつま芋の甘露 玉ねぎのスープ	食パン 豚肉・人参・ピーマン さつま芋 玉ねぎ
15	土			全がゆ カレイと玉ねぎの煮つけ 野菜のすまし汁	米 カレイ・玉ねぎ 人参・大根	全がゆ~軟飯 カレイと玉ねぎの煮つけ 野菜のすまし汁	米 カレイ・玉ねぎ 人参・大根

日	曜日	初期5~6ヶ月頃	材料	中期7~8ヶ月頃	材料	後期9~11ヶ月頃	材料
18	火			全がゆ チキンのシチュー マカロニ煮	米 鶏肉・玉ねぎ・人参・牛乳 マカロニ・キャベツ	全がゆ~軟飯 チキンのシチュー マカロニ煮	米 鶏肉・玉ねぎ・人参・牛乳 マカロニ・キャベツ
19	水			全がゆ 豆腐の煮物 切干大根煮 わかめと長ねぎのスープ	米 豆腐 切干大根・人参 わかめと長ねぎのスープ	全がゆ~軟飯 麻婆豆腐 切干大根煮 わかめと長ねぎのスープ	米 豚肉・豆腐 切干大根・人参 わかめ・長ねぎ
20	木			全がゆ カレイの味噌煮 野菜のお浸し 麩のすまし汁	米 カレイ 人参・キャベツ・きゅうり 麩	全がゆ~軟飯 カレイの味噌煮 野菜のお浸し 麩とオクラのすまし汁	米 カレイ 人参・キャベツ・きゅうり 麩・オクラ
21	金			全がゆ なすとかぼちゃのシチュー スパゲティ煮	米 鶏肉・なす・かぼちゃ 玉ねぎ・牛乳 スパゲティ・人参	全がゆ~軟飯 なすとかぼちゃのシチュー スパゲティ煮	米 鶏肉・なす・かぼちゃ 玉ねぎ・牛乳 スパゲティ・人参
22	土			全がゆ しらすと野菜の煮物 根菜のすまし汁	米 しらす・もやし・さつま芋 大根・人参	全がゆ~軟飯 しらすと野菜の煮物 根菜のすまし汁	米 しらす・もやし・さつま芋 大根・人参
24	月			全がゆ 鶏肉の照り煮 人参の甘露 キャベツの味噌汁 ツナのスパゲティ煮	米 鶏肉 人参・玉ねぎ キャベツ ツナ・スパゲティ	全がゆ~軟飯 鶏肉の照り煮 人参の甘露 キャベツの味噌汁 ツナのスパゲティ煮	米 鶏肉 人参・玉ねぎ キャベツ ツナ・スパゲティ
25	火			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 大根の味噌汁	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 大根・長ねぎ	全がゆ~軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 大根の味噌汁	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 大根・長ねぎ
26	水			全がゆ 鶏肉の照り煮 人参の煮物 マカロニスープ	米 鶏肉 人参・玉ねぎ マカロニ	全がゆ~軟飯 鶏肉のケチャップ煮 ひじきの煮物 マカロニスープ	米 鶏肉 ひじき・人参・玉ねぎ マカロニ
27	木			全がゆ カレイの味噌煮 野菜の煮びたし 長ねぎのすまし汁	米 カレイ 人参・もやし 長ねぎ	全がゆ~軟飯 カレイの味噌煮 野菜の煮びたし わかめと長ねぎのすまし汁	米 カレイ 人参・もやし わかめ・長ねぎ
28	金			全がゆ 野菜のそぼろ煮 キャベツのお浸し 麩のスープ	米 鶏肉・人参・玉ねぎ キャベツ・もやし 麩	全がゆ~軟飯 野菜のそぼろ煮 キャベツのお浸し 麩のスープ	米 鶏肉・人参・玉ねぎ キャベツ・もやし 麩
29	土			全がゆ 鶏大根 ほうれん草の煮物 長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・大根 ほうれん草・人参 長ねぎ	全がゆ~軟飯 鶏大根 ほうれん草の煮物 長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・大根 ほうれん草・人参 長ねぎ
30	月			全がゆ かぼちゃのシチュー 人参の甘露	米 かぼちゃ・ピーマン・牛乳 人参・玉ねぎ	全がゆ~軟飯 かぼちゃのシチュー 人参の甘露	米 豚肉・かぼちゃ・ピーマン・牛乳 人参・玉ねぎ

*材料購入の関係上、多少の変更はご了承ください。

*献立の「軟飯・お粥・つぶし粥」に使用しているお米は、国内産米となっています。

*保育園ではいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しくださいとさせていただきますようお願い申し上げます。