



令和4年7月 離乳食献立表



日付	曜日	午前おやつ	昼食			午後おやつ		
			初期食	中期食	後期食	初期食	中期食	後期食
1	金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 野菜のだし煮 だしスープ	おかゆ ささみと野菜のだし煮 だしスープ	おかゆ 肉野菜炒め いんげんのごまマヨ和え みそ汁	育児ミルク又は麦茶 おかし	育児ミルク又は麦茶 おかし フルーツ	育児ミルク又は麦茶 おかし フルーツ
2	18 土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	人参がゆ だしスープ	ツナと人参がゆ だしスープ	豚葱どんぶりお粥 みそ汁	育児ミルク又は麦茶 お菓子	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ
4	月	育児ミルク又は麦茶 お菓子	人参にゆうめん 野菜のだし煮	ツナと人参にゆうめん 野菜のだし煮	やきそば きゅうりの浅漬け ウインナー 野菜スープ フルーツ	育児ミルク又は麦茶 おかし	育児ミルク又は麦茶 おかし	育児ミルク又は麦茶 やきとうもろこし
5	19 火	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚の野菜あんかけ だしスープ	おかゆ 白身魚の野菜あんかけ だしスープ	おかゆ 鮭の花かご焼き ひじきの煮物 みそ汁	育児ミルク又は麦茶 7日 マッシュポテト 21日 おふがゆ	育児ミルク又は麦茶 7日 マッシュポテト 22日 おふがゆ	育児ミルク又は麦茶 7日 フライドポテト 21日 餃子でピザ
6	20 水	育児ミルク又は麦茶 お菓子	食パン粥 トマトの煮込み やさいスープ	食パン粥 トマトの煮込み やさいスープ	食パンジャムサンド チキンのトマト煮込み やさいスープ	育児ミルク又は麦茶 6.20日おかし	育児ミルク又は麦茶 6日おかし みかん 20日おかし 寒天くずし	育児ミルク又は麦茶 6日 おかし みかん 22日ヨーグルト寒天
	21 木	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜にゆうめん じゃが芋のほうれん草餡	野菜にゆうめん じゃが芋のほうれん草餡	茄子と豚肉の大麦麺 えのきときゅうりの ごまあえ	育児ミルク又は麦茶 人参粥	育児ミルク又は麦茶 人参粥	育児ミルク又は麦茶 ツナとしめじのピラフ (おかゆ)
8	22 金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 野菜のくたくた煮 トマトスープ	おかゆ 豆腐と野菜のくたくた煮 トマトスープ	おかゆ 豆腐チャンプル トマトとオクラの中華サラダ みそ汁	育児ミルク又は麦茶 8日 おかし 22日 パン粥	育児ミルク又は麦茶 8日 おかし 23日 パン粥	育児ミルク又は麦茶 8日 おかし 23日 黒糖トースト
9	23 土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜あんかけ粥 だしスープ	野菜あんかけ粥 だしスープ	マーボー-茄子井ぶり (おかゆ) 野菜スープ	育児ミルク又は麦茶 お菓子	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ
11	25 月	育児ミルク又は麦茶 お菓子	じゃこがゆ 野菜のくたくた煮 だしスープ	じゃこがゆ 野菜のくたくた煮 だしスープ	じゃこがゆ 鶏のつくね焼き サラダ菜 わかめの酢の物 みそ汁	育児ミルク又は麦茶 おかし	育児ミルク又は麦茶 おかし 寒天くずし	育児ミルク又は麦茶 みずようかん
12	26 火	育児ミルク又は麦茶 お菓子	パン粥 人参のだし煮 じゃが芋スープ	パン粥 人参のだし煮 じゃが芋スープ	ハムサンド 和風マカロニサラダ ピシソワーズ	育児ミルク又は麦茶 にゆうめん	育児ミルク又は麦茶 にゆうめん	育児ミルク又は麦茶 やきうどん
13	27 水	育児ミルク又は麦茶 お菓子	トマトあんかけがゆ 野菜のくたくた煮	トマトあんかけがゆ 野菜のくたくた煮	ケチャップあんかけ粥 野菜と豚肉のソテー	育児ミルク又は麦茶 かぼちゃとお麩煮	育児ミルク又は麦茶 かぼちゃとお麩煮	育児ミルク又は麦茶 かぼちゃチュロス
14	28 木	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜にゆうめん じゃがいものあんかけ	野菜とささみの にゆうめん じゃがいものあんかけ	冷やし中華 じゃが芋と枝豆のサラダ もずくスープ	育児ミルク又は麦茶 おかゆ	育児ミルク又は麦茶 おかゆ	育児ミルク又は麦茶 火薬ごはん(おかゆ)
15	29 金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚の野菜あんかけ 大根スープ	おかゆ 白身魚の野菜あんかけ 大根スープ	おかゆ 白身魚のフライ サラダ菜 のり酢和え けんちん汁	育児ミルク又は麦茶 おかし	育児ミルク又は麦茶 おかし	育児ミルク又は麦茶 ひとロゼリー おかし
16	30 土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜あんかけ粥 人参のくたくた煮	野菜あんかけ粥 人参のくたくた煮	鶏塩うどん ナムル	育児ミルク又は麦茶 お菓子	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ
誕生会	7 木	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜にゆうめん じゃが芋のかぼちゃ餡	ささみと野菜にゆうめん じゃが芋のかぼちゃ餡	七夕そうめん ポテトウインナーフライ サラダ菜 トマト	育児ミルク又は麦茶 せんべい	育児ミルク又は麦茶 寒天 せんべい	育児ミルク又は麦茶 七夕フルーツゼリー

※刻み食は普通食からの取り分けですが、おかずはほぼ後期食と同じです。主食はごはんになります。