



令和5年 7月 離乳食献立表



日付	曜日	午前おやつ	昼食		おやつ		
			中期食	後期食	中期食	後期食	
1	/	土	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	野菜あんかけがゆ だしスープ	マーボー春雨丼(おかゆ) みそ汁	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
3	/	月	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 鶏挽肉と野菜煮 だしスープ	おかゆ なすの肉味噌いため マカロニサラダ すまし汁	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 りんご寒天 おかし
4	18	火	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	食パンがゆ かぼちゃとツナの煮物 トマトスープ	食パン(サイコロカット) 夏野菜のミートグラタン オニオンスープ	育児ミルク又は 麦茶 人参粥	育児ミルク又は 麦茶 きのご粥
5	19	水	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	ささみにゆうめん じゃこときゃべつのくたくた煮	かしわ大麦麺 じゃこ海藻サラダ	育児ミルク又は 麦茶 パン粥	育児ミルク又は 麦茶 海苔マヨトースト(サイコロ)
6	20	木	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚のほうれん草あんかけ だしスープ	おかゆ カジキのとうもろこしあんかけ ほうれんそうのごま和え みそ汁	育児ミルク又は 麦茶 豆腐のくずし煮	育児ミルク又は 麦茶 豆腐ハンバーグ
/	21	金	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 鶏挽肉と野菜煮 だしスープ	おかゆ 茄子の肉味噌炒め マカロニサラダ すまし汁	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 フルーツ寒天 おかし
8	22	土	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	にゆうめん トマトときゅうりのくたくた煮	あんかけうどん 海藻サラダ	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
10	24	月	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 納豆と野菜煮 だしスープ	おかゆ 生姜焼き おくらの納豆和え みそ汁	育児ミルク又は 麦茶 やさいにゆうめん	育児ミルク又は 麦茶 ピーマン
11	25	火	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	野菜あんかけがゆ マッシュポテト	ケチャップあんかけ粥 スティック野菜	育児ミルク又は 麦茶 お麩粥	育児ミルク又は 麦茶 お好み焼
12	26	水	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 豆腐の鶏挽肉あんかけ かぼちゃスープ	おかゆ 豆腐ハンバーグ 夏野菜の煮浸し みそ汁	育児ミルク又は 麦茶 おかし 豆乳寒天崩し	育児ミルク又は 麦茶 おかし 豆乳寒天崩し
13	27	木	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚の人参あんかけ だしスープ	おかゆ さわらの幽庵焼き 白和え 豚汁	育児ミルク又は 麦茶 きなこ寒天 みかん	育児ミルク又は 麦茶 きな粉寒天
14	28	金	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	やさいにゆうめん じゃがいもマッシュ	冷やし中華 ベーコンと枝豆のポテトサラダ わかめスープ	育児ミルク又は 麦茶 ツナ入りおかゆ	育児ミルク又は 麦茶 ツナとしめじのおかゆ
15	29	土	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	野菜あんかけがゆ じゃがいもマッシュ	野菜あんかけがゆ きゅうりとツナのサラダ	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
/	31	月	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ マッシュポテトの野菜あん だしスープ	ひじきおかゆ じゃがいものおやき チンゲン菜の中華和え みそ汁	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
誕生会	7	金	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	ささみと野菜にゆうめん かぼちゃのだし煮	天の川そうめん かぼちゃのだし煮 すまし汁	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 七タクッキー

※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。