



7月の離乳食献立表



鮎川保育園

* 「自然食お菓子」とは、国産の原材料を使用し、添加物不使用のお菓子のことです。
* 仕入れにより、一部内容を変更する場合があります。

日付	5～6か月		7～8か月		9～11か月	
	献立	材 料	献立	材 料	献立	材 料
7/1	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	キャベツと人参の煮物	キャベツ、人参、だし	鶏肉とキャベツの煮物	ささみミンチ、キャベツ人参、だし、片栗粉	鶏肉とキャベツの煮物	ささみミンチ、キャベツ人参、だし
(火)	南瓜のスープ	南瓜、玉葱、だし	南瓜のスープ	南瓜、玉葱、だし	南瓜のスープ	南瓜、玉葱、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	おコーンフレーク	コーンフレーク
7/2	大根の煮物	大根、玉葱、だし	ささみと大根の煮物	ささみ、大根玉葱、だし、片栗粉	ささみと大根の煮物	ささみ、大根玉葱、だし
(水)	トマトと人参のスープ	トマト、人参、だし	トマトと人参のスープ	トマト、人参、だし	トマトと人参のスープ	トマト、人参、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	☆きな粉ハン	食パン、きな粉
7/3	人参と南瓜の煮物	人参、南瓜、だし	鮭と南瓜の煮物	鮭、南瓜人参、だし、片栗粉	鮭と南瓜の煮物	鮭、南瓜人参、だし
(木)	ぎゅうりのスープ	ぎゅうり、玉葱、だし	ぎゅうりのスープ	ぎゅうり、玉葱、だし	ぎゅうりのスープ	ぎゅうり、玉葱、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	☆さつま芋スティック	さつま芋
7/4	人参とじゃが芋の煮物	人参、じゃが芋、だし	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみミンチ、じゃが芋人参、だし、片栗粉	おかゆ	米
(金)	白菜のスープ	白菜、小松菜、だし	白菜のスープ	白菜、小松菜、だし	白菜のスープ	白菜、小松菜、だし
					☆バナナヨーグルト	ヨーグルト、バナナ

お弁当日

【園で提供している月齢に合わせたベビーフードの持参をおねがいします】

日付	5～6か月		7～8か月		9～11か月	
	献立	材 料	献立	材 料	献立	材 料
7/7	おかゆ	米	にゅうめん	そうめん、人参大根、だし	にゅうめん	そうめん、人参大根、だし
	カレイとさつま芋の煮物	カレイ、さつま芋玉葱、だし	カレイとさつま芋の煮物	カレイ、さつま芋玉葱、だし、片栗粉	カレイとさつま芋の煮物	カレイ、さつま芋、玉葱、だし
(月)	人参のスープ	大根、人参、だし	さつま芋の煮物	さつま芋、片栗粉	☆のり粥	米、青のり
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
7/8	豆腐と玉葱の煮物	豆腐、玉葱、人参、だし	豆腐と玉葱の煮物	豆腐、玉葱、人参、だし	豆腐と玉葱の煮物	豆腐、玉葱、人参、だし
(火)	ぎゅうりのスープ	ぎゅうり、チンゲン菜、だし	ぎゅうりのスープ	ぎゅうり、チンゲン菜、だし	ぎゅうりのスープ	ぎゅうり、チンゲン菜、だし
	しらす粥	米、しらす	しらす粥	米、しらす	☆お芋サンド	食パン、さつま芋
7/9	フロッキーと玉葱の煮物	フロッキー玉葱、だし	フロッキーと玉葱の煮物	フロッキー玉葱、だし	しらす粥	米、しらす
(水)	キャロットスープ	人参、ほうれん草、だし	キャロットスープ	人参、ほうれん草、だし	フロッキーと玉葱の煮物	フロッキー玉葱、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	キャロットスープ	人参、ほうれん草、だし
7/10	豆腐と人参の煮物	豆腐、人参ほうれん草、だし	豆腐と人参の煮物	豆腐、人参ほうれん草、だし	☆野菜うどん	うどん、玉葱、人参、だし
(木)	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、玉葱、だし	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、玉葱、だし	おかゆ	米
	おかゆ	米	おかゆ	米	豆腐と人参の煮物	豆腐、人参ほうれん草、だし
7/11	根菜の煮物	人参、大根、だし	鶏肉と根菜の煮物	ささみ、人参大根、だし、片栗粉	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、玉葱、だし
(金)	南瓜のスープ	南瓜、玉葱、だし	南瓜のスープ	南瓜、玉葱、だし	☆きな粉蒸しケーキ	小麦粉、砂糖、油、きな粉
	おかゆ	米	ハン粥	食パン、粉ミルク	おかゆ	米
7/12	貝だくさんスープ	人参、大根、玉葱、だし	貝だくさんスープ	ささみミンチ、人参大根、玉葱、だし	鶏肉と根菜の煮物	ささみ、人参大根、だし
(土)	フルーツ	バナナ	フルーツ	バナナ	南瓜のスープ	南瓜、玉葱、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	☆のりハン	食パン、青のり
7/14	カレイと人参の煮物	カレイ、人参、大根、だし	カレイと人参の煮物	カレイ、人参大根、だし、片栗粉	ハン粥	食パン、粉ミルク
(月)	さつま芋のスープ	さつま芋、玉葱、だし	さつま芋のスープ	さつま芋、玉葱、だし	貝だくさんスープ	ささみミンチ、人参大根、玉葱、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	フルーツ	バナナ
7/15	玉葱と南瓜の煮物	玉葱、南瓜、だし	鶏肉と玉葱の煮物	ささみ、玉葱南瓜、だし、片栗粉	☆自然食お菓子	自然食お菓子
(火)	トマトのスープ	トマト、キャベツ、だし	トマトのスープ	トマト、キャベツ、だし	おかゆ	米
					カレイと人参の煮物	カレイ、人参、大根、だし
					さつま芋のスープ	さつま芋、玉葱、だし
					☆バタートースト	食パン、バター
					おかゆ	米
					鶏肉と玉葱の煮物	ささみ、玉葱、南瓜、だし
					トマトのスープ	トマト、キャベツ、だし
					☆フルーツ	バナナ

- ・5日・19日はお弁当日です。ご家庭よりベビーフード等の屋食をご持参ください。
- ・9～11か月食は午前おやつで自然食お菓子を提供しています。(月・水・金曜日：赤ちゃんせんべい、火・木・土曜日：紫芋チップ)
- ・☆は、おやつです。 5～6か月、7～8か月、9～11か月は こんぶだし、かつおだし を使用しています。
- ・9～11か月のおやつで提供するパンケーキ類には、ベーキングパウダー(アルミフリー)を、使用しています。
- ・お子様の喫食状況に合わせて、肉や魚などに片栗粉でとろみをつけて提供します。



＊ 「自然食お菓子」とは、国産の原材料を使用し、添加物不使用のお菓子のことです。
＊ 仕入れにより、一部内容を変更する場合があります。

7月の離乳食献立表



＊ 「自然食お菓子」とは、国産の原材料を使用し、添加物不使用のお菓子のことです。
＊ 仕入れにより、一部内容を変更する場合があります。

日付	5～6か月		7～8か月		9～11か月	
	献立	材 料	献立	材 料	献立	材 料
7/16	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
(水)	きゅうりと人参の煮物	きゅうり、人参、だし	鶏肉ときゅうりの煮物	ささみミンチ、きゅうり人参、だし、片栗粉	鶏肉ときゅうりの煮物	ささみミンチ、きゅうり人参、だし
	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし
7/17	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	しらすとフロッコリーの煮物	しらす、大根フロッコリー、だし	しらすとフロッコリーの煮物	しらす、大根フロッコリー、だし、片栗粉	しらすとフロッコリーの煮物	しらす、大根フロッコリー、だし
(木)	小松菜となすのスープ	小松菜、なす、だし	小松菜となすのスープ	小松菜、なす、だし	小松菜となすのスープ	小松菜、なす、だし
7/18	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	大根の煮物	大根、玉葱、だし	ささみと大根の煮物	ささみ、大根玉葱、だし、片栗粉	ささみと大根の煮物	ささみ、大根玉葱、だし
(金)	じゃが芋と人参のスープ	じゃが芋、人参、だし	じゃが芋と人参のスープ	じゃが芋、人参、だし	じゃが芋と人参のスープ	じゃが芋、人参、だし

お弁当日

【図で提供している月齢に合わせたベビーフードの持参をおねがいします】

日付	5～6か月		7～8か月		9～11か月	
	献立	材 料	献立	材 料	献立	材 料
7/22	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
(火)	しらすとさつま芋の煮物	しらす、さつま芋大根、だし	しらすとさつま芋の煮物	しらす、さつま芋大根、だし、片栗粉	しらすとさつま芋の煮物	しらす、さつま芋大根、だし
	根菜のスープ	人参、玉葱、だし	根菜のスープ	人参、玉葱、だし	根菜のスープ	人参、玉葱、だし
7/23	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	小松菜と人参の煮物	小松菜、人参、だし	鶏肉と小松菜の煮物	ささみミンチ、小松菜人参、だし、片栗粉	牛肉と小松菜の煮物	牛ミンチ、小松菜人参、だし
(水)	ハンフキンスープ	南瓜、玉葱、だし	ハンフキンスープ	南瓜、玉葱、だし	ハンフキンスープ	南瓜、玉葱、だし
7/24	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	南瓜ときゅうりの煮物	南瓜、きゅうり、だし	大豆と南瓜の煮物	大豆、南瓜きゅうり、だし	大豆と南瓜の煮物	大豆、南瓜きゅうり、だし
(木)	人参とキャベツのスープ	人参、キャベツ、だし	人参とキャベツのスープ	人参、キャベツ、だし	人参とキャベツのスープ	人参、キャベツ、だし
7/25	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	豆腐とキャベツの煮物	豆腐、キャベツさつま芋、だし	豆腐とキャベツの煮物	豆腐、キャベツさつま芋、だし	豆腐とキャベツの煮物	豆腐、キャベツさつま芋、だし
(金)	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、玉葱、だし	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、玉葱、だし	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、玉葱、だし
7/26	おかゆ	米	パン粥	食パン、粉ミルク	パン粥	食パン、粉ミルク
	高野豆腐と人参の煮物	高野豆腐、人参玉葱、だし	高野豆腐と人参の煮物	高野豆腐、人参玉葱、だし	高野豆腐と人参の煮物	高野豆腐、人参玉葱、だし
(土)	ほうれん草と大根のスープ	ほうれん草、大根、だし	ほうれん草と大根のスープ	ほうれん草、大根、だし	ほうれん草と大根のスープ	ほうれん草、大根、だし
7/28	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	玉葱とさつま芋の煮物	玉葱、さつま芋、だし	大豆と玉葱の煮物	大豆、玉葱さつま芋、だし	大豆と玉葱の煮物	大豆、玉葱さつま芋、だし
(月)	じゃが芋と人参のスープ	じゃが芋、人参、だし	じゃが芋と人参のスープ	じゃが芋、人参、だし	じゃが芋と人参のスープ	じゃが芋、人参、だし
7/29	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	きゅうりと人参の煮物	きゅうり、人参、だし	鶏肉と人参の煮物	ささみミンチ、きゅうり人参、だし、片栗粉	鶏肉と人参の煮物	ささみミンチ、きゅうり人参、だし
(火)	ハンフキンスープ	南瓜、玉葱、だし	ハンフキンスープ	南瓜、玉葱、だし	ハンフキンスープ	南瓜、玉葱、だし
7/30	おかゆ	米	鮭がゆ	米、鮭	鮭がゆ	米、鮭
	フロッコリーの煮物	フロッコリー、じゃが芋だし	フロッコリーの煮物	フロッコリー、じゃが芋だし	フロッコリーの煮物	フロッコリー、じゃが芋だし
(水)	玉葱のスープ	玉葱、人参、だし	玉葱のスープ	玉葱、人参、だし	玉葱のスープ	玉葱、人参、だし
7/31	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	豆腐とチンゲン菜の煮物	豆腐、チンゲン菜人参、だし	豆腐とチンゲン菜の煮物	豆腐、チンゲン菜人参、だし	豆腐とチンゲン菜の煮物	豆腐、チンゲン菜人参、だし
(木)	ほうれん草と玉葱のスープ	ほうれん草、玉葱、だし	ほうれん草と玉葱のスープ	ほうれん草、玉葱、だし	ほうれん草と玉葱のスープ	ほうれん草、玉葱、だし

- ・ 5日・19日はお弁当日です。ご家庭よりベビーフード等の屋食をご持参ください。
- ・ 9～11か月食は午前おやつで自然食お菓子を提供しています。(月・水・金曜日：赤ちゃんせんべい、火・木・土曜日：紫芋チップ)
- ・ ☆は、おやつです。 5～6か月、7～8か月、9～11か月は、こんぶだし、かつおだしを使用しています。
- ・ 9～11か月のおやつで提供するバンケーキ類には、ベーキングパウダー(アルミフリー)を、使用しています。
- ・ お子様の喂食状況に合わせて、肉や魚などに片栗粉でとろみをつけて提供します。