

# 離乳食献立表

令和5年 7月 29日発行

あゆみこども園

8月		中期 (もぐもぐ)	後期 (かみかみ)		
		7~8ヶ月	9~11ヶ月		
28	月	<ul style="list-style-type: none"> <li>パンがゆ</li> <li>ささみとキャベツの煮浸し (人参、玉ねぎ)</li> <li>カリフラワーのスープ (きゅうり)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食パンスティック</li> <li>ささみとキャベツの煮浸し (人参、玉ねぎ、厚揚げ)</li> <li>カリフラワーのみそ汁 (きゅうり)</li> </ul>	10時	ビスケット
				3時	ぶどう寒天 せんべい
1	火	<ul style="list-style-type: none"> <li>7倍がゆ</li> <li>ポトフ (じゃが芋、人参、玉ねぎ)</li> <li>白身魚のブロッコリー和え (きゅうり)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ</li> <li>人参スティック</li> <li>ポトフ (じゃが芋、人参、玉ねぎ)</li> <li>白身魚のブロッコリー和え (きゅうり)</li> </ul>	10時	クッキー
29				3時	ヨーグルトケーキ
2	水	<ul style="list-style-type: none"> <li>7倍がゆ</li> <li>ささみのポパイソースかけ (ほうれん草、人参、きゅうり)</li> <li>里芋のスープ (玉ねぎ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ</li> <li>豆腐スティック</li> <li>ささみのポパイソースかけ (ほうれん草、人参、きゅうり)</li> <li>里芋のスープ (玉ねぎ)</li> </ul>	10時	ウエハース
30				3時	メロン クッキー
3	木	<ul style="list-style-type: none"> <li>キャベツがゆ</li> <li>白身魚の彩り煮 (人参、きゅうり、ブロッコリー)</li> <li>豆腐のスープ (ブロッコリー)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>キャベツがゆ</li> <li>ゆでカリフラワー</li> <li>白身魚の彩り煮 (人参、きゅうり、ひじき)</li> <li>豆腐のみそ汁 (ブロッコリー)</li> </ul>	10時	卵黄ボーロ
31				3時	マカロニのあべかわ
4	金	<ul style="list-style-type: none"> <li>7倍がゆ</li> <li>ささみと野菜のくず煮 (人参、ブロッコリー)</li> <li>パンプキンスープ (かぼちゃ、玉ねぎ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ</li> <li>ゆでブロッコリー</li> <li>ささみと野菜のくず煮 (人参、ブロッコリー)</li> <li>パンプキンスープ (かぼちゃ、玉ねぎ)</li> </ul>	10時	せんべい
18				3時	すいか ウエハース
5	土	<ul style="list-style-type: none"> <li>白身魚のあんかけ丼 (人参、ほうれん草)</li> <li>キャベツスープ (玉ねぎ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>白身魚のあんかけ丼 (人参、ほうれん草)</li> <li>きゅうりスティック</li> <li>キャベツのみそ汁 (玉ねぎ)</li> </ul>	10時	ヨーグルト
19				3時	かぼちゃサンド

誕生会メニュー	17	<ul style="list-style-type: none"> <li>カラフルがゆ (人参、グリンピース)</li> <li>白身魚のキャロットソースかけ (人参、里芋)</li> <li>オニオンスープ (玉ねぎ、ほうれん草)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>カラフルがゆ (人参、グリンピース)</li> <li>ゆでカリフラワー</li> <li>白身魚のキャロットソースかけ (人参、里芋)</li> <li>オニオンスープ (玉ねぎ、ほうれん草)</li> </ul>	10時	卵黄ボーロ
				3時	パイン寒天 ヨーグルト添え せんべい

# 離乳食献立表

令和5年 7月 29日発行

あゆみこども園

8月		中期 (もぐもぐ) 7~8ヶ月	後期 (かみかみ) 9~11ヶ月		
7	月	<ul style="list-style-type: none"> <li>パンがゆ</li> <li>白和え風 (豆腐、きゅうり、人参)</li> <li>ささみとピーマンのスープ (玉ねぎ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>食パンスティック</li> <li>白和え風 (豆腐、きゅうり、人参)</li> <li>ささみとピーマンのスープ (玉ねぎ)</li> </ul>	10時	卵黄ボーロ
21				3時	バナナ クッキー
8	火	<ul style="list-style-type: none"> <li>7倍がゆ</li> <li>白身魚と人参の煮物 (里芋)</li> <li>ポパイスープ (ほうれん草、人参)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ</li> <li>ゆでブロッコリー</li> <li>白身魚と人参の煮物 (里芋)</li> <li>ほうれん草のみそ汁 (ほうれん草、人参、しめじ)</li> </ul>	10時	ヨーグルト
22				3時	きな粉パンがゆ
9	水	<ul style="list-style-type: none"> <li>7倍がゆ</li> <li>夏野菜のそぼろ煮 (ささみ、なす、かぼちゃ)</li> <li>キャロットスープ (人参、玉ねぎ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ</li> <li>人参スティック</li> <li>夏野菜のそぼろ煮 (ささみ、なす、かぼちゃ)</li> <li>キャロットスープ (人参、玉ねぎ、ワカメ)</li> </ul>	10時	せんべい
23				3時	チーズ ビスケット
10	木	<ul style="list-style-type: none"> <li>トマトがゆ</li> <li>白身魚の野菜あんかけ (人参、キャベツ)</li> <li>きゅうりのスープ (玉ねぎ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>トマトがゆ</li> <li>きゅうりスティック</li> <li>白身魚の野菜あんかけ (人参、キャベツ、生しいたけ)</li> <li>きゅうりのみそ汁 (玉ねぎ、厚揚げ)</li> </ul>	10時	ウエハース
24				3時	パイナップル せんべい
16	金	<ul style="list-style-type: none"> <li>7倍がゆ</li> <li>ささみと大豆の煮物 (人参、玉ねぎ)</li> <li>ポテトスープ (じゃが芋、きゅうり)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ</li> <li>ゆでカリフラワー</li> <li>ささみと大豆の煮物 (人参、玉ねぎ)</li> <li>ポテトスープ (じゃが芋、きゅうり)</li> </ul>	10時	ビスケット
25				3時	野菜リゾット (人参、ほうれん草)
12	土	<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜うどん (人参、キャベツ、きゅうり)</li> <li>白身魚のトマト和え (玉ねぎ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>みそ煮込みうどん (人参、キャベツ、きゅうり)</li> <li>人参スティック</li> <li>白身魚のトマト和え (玉ねぎ)</li> </ul>	10時	クッキー
26				3時	オレンジ ウエハース

14	月	お弁当	お弁当	10時	ビスケット
				3時	チーズ せんべい
15	火	<ul style="list-style-type: none"> <li>7倍がゆ</li> <li>白身魚のかぼちゃ煮 (玉ねぎ、人参)</li> <li>ブロッコリーのスープ (カリフラワー)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全がゆ</li> <li>人参スティック</li> <li>白身魚のかぼちゃ煮 (玉ねぎ、人参)</li> <li>ブロッコリーのスープ (カリフラワー)</li> </ul>	10時	クッキー
				3時	ヨーグルト ウエハース