

令和 7 年 7 月 1 日

保護者各位

7 月 離乳食献立表

認定こども園文化保育園

園長 浅田祐起子

日付	午前間食	5 ヶ月～ 主食：つぶし粥	7 ヶ月～ 主食：五分粥	9 ヶ月～ 主食：全粥
1 (火)	りんご	野菜の煮汁 じゃが芋のペースト 玉葱のペースト	人参と小松菜の汁物 じゃが芋の潰し煮 玉葱の潰し煮	人参と小松菜の汁物 じゃが芋の煮物 玉葱の煮物
2 (水)	オレンジ	野菜の煮汁 キャベツのペースト 人参と豆腐のペースト	人参と玉葱の汁物 キャベツの潰し煮 人参と豆腐の潰し煮	人参と玉葱の汁物 キャベツのお浸し 人参と豆腐の煮物
3 (木)	りんご	野菜の煮汁 小松菜のペースト 人参のペースト	ビーフン汁 (人参、玉葱) 小松菜の潰し煮 人参の潰し煮	ビーフン汁 (人参、玉葱) 小松菜のお浸し 人参のスティック煮
4 (金)	グレブフルーツ	野菜の煮汁 人参と豆腐のペースト 白菜のペースト	玉葱と法蓮草の汁物 人参と豆腐の潰し煮 白菜の潰し煮	玉葱と法蓮草の汁物 人参と豆腐の煮物 白菜のお浸し
5 (土)	ハイハイ☆	野菜の煮汁 薩摩芋のペースト、玉葱のペースト	野菜の汁物 薩摩芋の潰し煮、玉葱の潰し煮	野菜の汁物 薩摩芋の煮物、玉葱の煮物
7 (月)	バナナ	野菜の煮汁 白菜のペースト 玉葱のペースト	大根と人参の汁物 白菜の潰し煮 玉葱の潰し煮	大根と人参の汁物 白菜のお浸し 玉葱の煮物
8 (火)	りんご	野菜の煮汁 じゃが芋のペースト 小松菜と豆腐のペースト	人参と玉葱の汁物 じゃが芋の潰し煮 小松菜と豆腐の潰し煮	人参と玉葱の汁物 じゃが芋の煮物 小松菜と豆腐の煮物
9 (水)	オレンジ	野菜の煮汁 青梗菜のペースト 人参のペースト	春雨スープ (人参、玉葱) 青梗菜の潰し煮 人参の潰し煮	春雨スープ (人参、玉葱) 青梗菜のお浸し 人参のスティック煮
10 (木)	りんご	野菜の煮汁 白菜のペースト 人参と豆腐のペースト	人参と玉葱の汁物 白菜の潰し煮 人参と豆腐の潰し煮	人参と玉葱の汁物 白菜のお浸し 人参と豆腐の煮物
11 (金)	グレブフルーツ	野菜の煮汁 薩摩芋のペースト 玉葱のペースト	人参と白菜の汁物 薩摩芋の潰し煮 玉葱の潰し煮	人参と白菜の汁物 薩摩芋のスティック煮 玉葱の煮物
12 (土)	ハイハイ☆	野菜の煮汁 玉葱のペースト、小松菜のペースト	野菜の汁物 玉葱の潰し煮、小松菜の潰し煮	野菜の汁物 玉葱の煮物、小松菜のお浸し
14 (月)	バナナ	野菜の煮汁 キャベツのペースト 人参と豆腐のペースト	人参と玉葱の汁物 キャベツの潰し煮 人参と豆腐の潰し煮	人参と玉葱の汁物 キャベツのお浸し 人参と豆腐の煮物
15 (火)	りんご	野菜の煮汁 白菜のペースト じゃが芋のペースト	人参と玉葱の汁物 白菜の潰し煮 じゃが芋の潰し煮	人参と玉葱の汁物 白菜のお浸し じゃが芋の煮物

日付	午前間食	5ヶ月～ 主食：つぶし粥	7ヶ月～ 主食：五分粥	9ヶ月～ 主食：全粥
16（水）	オレンジ	野菜の煮汁 人参のペースト 玉葱のペースト	人参と茄子の汁物 人参の潰し煮 玉葱の潰し煮	人参と茄子の汁物 人参のスティック煮 玉葱の煮物
17（木）	りんご	野菜の煮汁 じゃが芋のペースト 玉葱のペースト	人参と青梗菜の汁物 じゃが芋の潰し煮 玉葱と白身魚の潰し煮	人参と青梗菜の汁物 じゃが芋の煮物 玉葱と白身魚のほぐし煮
18（金）	グレープフルーツ	野菜の煮汁 ブロッコリーのペースト 薩摩芋のペースト	ビーフン汁（人参、玉葱） ブロッコリーの潰し煮 薩摩芋の潰し煮	ビーフン汁（人参、玉葱） ブロッコリーのスティック煮 薩摩芋のスティック煮
22（火）	バナナ	野菜の煮汁 玉葱のペースト 人参のペースト	人参と大根の汁物 玉葱の潰し煮 人参の潰し煮	人参と大根の汁物 玉葱のトマト煮 人参のスティック煮
23（水）	りんご	野菜の煮汁 薩摩芋のペースト 玉葱のペースト	人参と大根の汁物 薩摩芋の潰し煮 玉葱の潰し煮	人参と大根の汁物 薩摩芋のスティック煮 玉葱と白身魚のほぐし煮
24（木）	オレンジ	野菜の煮汁 ブロッコリーのペースト じゃが芋のペースト	人参と玉葱の汁物 ブロッコリーの潰し煮 じゃが芋の潰し煮	人参と玉葱の汁物 ブロッコリーのスティック煮 じゃが芋の煮物
25（金）	りんご	野菜の煮汁 キャベツのペースト 人参と豆腐のペースト	人参と茄子の汁物 キャベツの潰し煮 人参と豆腐の潰し煮	人参と茄子の汁物 キャベツのお浸し 人参と豆腐の煮物
26（土）	ハイハイ☆	うどんのペースト りんご	うどんの潰し煮 りんご	うどんの柔らか煮 りんご
28（月）	りんご	野菜の煮汁 玉葱のペースト 人参と豆腐のペースト	人参と小松菜の汁物 玉葱の潰し煮 人参と豆腐の潰し煮	人参と小松菜の汁物 玉葱のトマト煮 人参と豆腐の煮物
29（火）	りんご	野菜の煮汁 白菜のペースト 人参のペースト	人参とキャベツの汁物 白菜の潰し煮 人参の潰し煮	人参とキャベツの汁物 白菜のお浸し 人参のスティック煮
30（水）	オレンジ	野菜の煮汁 じゃが芋のペースト 玉葱のペースト	人参と大根の汁物 じゃが芋の潰し煮 玉葱の潰し煮	人参と大根の汁物 じゃが芋の煮物 玉葱の煮物
31（木）	りんご	野菜の煮汁 白菜のペースト ブロッコリーのペースト	ビーフン汁（人参、玉葱） 白菜の潰し煮 ブロッコリーの潰し煮	ビーフン汁（人参、玉葱） 白菜のお浸し ブロッコリーのスティック煮



離乳食では昆布出汁、椎茸出汁を使用します。果物は月齢に合わせてすりおろしや刻み等で提供します。

食べやすさを考慮し、食材によってはとろみをつける為にじゃが芋や片栗粉を使用する場合があります。

ひじきは茹でこぼした後、月齢に合わせて細かくみじん切りにしたり、すり潰したものを粥と炊いて提供します。

じゃこはやわらかく茹でて塩抜きし、月齢に合わせて細かくみじん切りにしたり、すり潰したものを粥と炊いて提供します。

春雨、ビーフン、うどんは月齢に合わせて刻んで提供します。豆類は薄皮を取り除き、月齢に合わせて刻んで提供します。

後期食では野菜のスティック煮で掴み食べる練習をします。難しい場合は、お子さんに合わせて小さく切って提供します。

午前間食および離乳食の内容は、食材の入荷の都合等により、予告なく変更させて頂く場合があります。予めご了承下さい。

