

2021年度7月離乳食予定献立表

戸塚愛児園

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(後期)
01木	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のりんごソースかけ キャベツの浅漬け 大根の味噌汁 マッシュポテト(あんかけ)	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ キャベツの浅漬け 大根の味噌汁 じゃがバター 茹でほうれん草 なすの味噌汁	ごはん 豚肉のカレー風味焼き キャベツの浅漬け 大根の味噌汁 じゃがバター 牛乳	ごま塩ごはん
02金	つぶし粥 豆腐のペースト 白菜のペースト さつまいものペースト すまし汁	全粥 豆腐の野菜あんかけ 茹でさつまいも 春雨スープ 青のりおじや	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 茹でさつまいも 春雨スープ 青のりおじや かぶの煮物 しめじの味噌汁	中華丼 さつまいものオープン焼き 春雨スープ 青のりおじや 牛乳	おかかごはん
03土	つぶし粥 お麩のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト すまし汁	チキンライス風おじや ブロッコリーのサラダ わかめと玉ねぎのスープ さつまいもおじや	チキンライス風 ブロッコリーのサラダ わかめと玉ねぎのスープ さつまいもおじや	チキンライス ブロッコリーとツナのサラダ わかめと玉ねぎのスープ さつまいもおじや 牛乳	
05月	つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 源平煮 おからの味噌汁 バナナヨーグルト バナナパン粥	軟飯 鰯の煮付け 源平煮 おからの味噌汁 バナナヨーグルト トースト かぼちゃのスープ	ごはん 鰯の塩焼き おくらとかまぼこの海苔和え 豚汁 バナナヨーグルト お茶	青のりごはん
06火	つぶし粥 お麩のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鶏肉の味噌煮 冬瓜の煮物 お麩のすまし汁 きな粉おじや	軟飯 鶏肉のごま味噌焼き 冬瓜の煮物 お麩のすまし汁 きな粉おはぎ 茹で小松菜 もやしの味噌汁	ごはん 鶏肉のごま味噌焼き 冬瓜の煮物 お麩とえのきのすまし汁 きな粉おはぎ 牛乳	人参ごはん
07水	うどん粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト じゃが芋のペースト すまし汁	煮込みうどん ポテトサラダ 高野豆腐の煮物 さつまいもパン粥	煮込みうどん ポテトサラダ 高野豆腐の煮物 すいか さつまいもサンド 茹でブロッコリー キラキラスープ	ソース焼きうどん ポテトサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ すいか さつまいもサンド 牛乳	おかかごはん
08木	つぶし粥 鰯のペースト かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の磯辺煮 茹でかぼちゃ 切干大根の味噌汁 トマトリゾット	軟飯 鰯の磯辺焼き 茹でかぼちゃ 切干大根の味噌汁 トマトリゾット 茹で人参 茹でキャベツ	ごはん キスの天ぷら きんぴらごぼう 切干大根の味噌汁 トマトリゾット 牛乳	バナナ
09金	つぶし粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 マーボーなす ブロッコリーのサラダ 青梗菜のスープ かぼちゃのお焼き(あんかけ)	軟飯 マーボーなす ブロッコリーのサラダ 青梗菜のスープ かぼちゃのお焼き きゅうりスティック わかめの味噌汁	ごはん マーボーなす トマトと隠元のサラダ 中華スープ かぼちゃのお焼き 牛乳	青のりごはん
10土	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 ポパイサラダ 白菜のスープ 野菜おじや	ハヤシライス風 ポパイサラダ 白菜のスープ 野菜おじや	カレーライス ポパイサラダ 白菜のスープ 野菜おじや 牛乳	
12月	つぶし粥 高野豆腐のペースト きゅうりのペースト さつまいものペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のみぞれかけ もやしときゅうりの和え物 さつまいもの味噌汁 バナナトースト バナナパン粥	軟飯 鶏肉のみぞれかけ もやしときゅうりの和え物 さつまいもの味噌汁 バナナトースト 人参のグラッセ きのこのスープ	ごはん 鶏肉のバーベキューソース もやしときゅうりの和え物 きのこの味噌汁 バナナトースト 牛乳	ごま塩ごはん
13火	つぶし粥 鰯のペースト キャベツのペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯のコーンクリーム煮 キャベツの和え物 お麩と玉ねぎの味噌汁 煮込みうどん	軟飯 鰯のコーンクリーム焼き キャベツの和え物 お麩と玉ねぎの味噌汁 煮込みうどん 茹でかぼちゃ 高野豆腐の煮物	ごはん 鰯の南蛮漬け キャベツの和え物 お麩と玉ねぎの味噌汁 煮込みうどん 牛乳	ひじきごはん
14水	パン粥 豆腐のペースト トマトのペースト じゃが芋のペースト すまし汁	パン粥 豆腐のトマトあんかけ 三色サラダ じゃが芋のスープ ひじきおじや	食パン 豆腐のトマトあんかけ 三色サラダ じゃが芋のスープ ひじき軟飯 茹で小松菜 隠元の味噌汁	コッペパン ポークビーンズ 三色サラダ 卵のスープ ひじき軟飯 牛乳	ふかし芋
15木	つぶし粥 鰯のペースト 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト すまし汁	全粥 鰯の味噌煮 切干大根の煮物 なすとほうれん草のすまし汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鰯の西京焼き 切干大根の煮物 なすとほうれん草のすまし汁 じゃが芋のお焼き りんご 白菜の味噌汁	ごはん 鰯の西京焼き 切干大根の旨煮 なすとほうれん草のすまし汁 メロン じゃが芋のお焼き 牛乳	おかかごはん

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(後期)
16金	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 チャンプル風 きゅうりとわかめの和え物 もやしの味噌汁 野菜雑炊	軟飯 チャンプル風 きゅうりとわかめの和え物 もやしの味噌汁 野菜雑炊 さつまいもスティック お麩の煮物	ごはん ゴーヤチャンプル(カレー味) きゅうりとわかめの酢の物 もやしの味噌汁 野菜雑炊 牛乳	バナナ
17土	つぶし粥 お麩のペースト 白菜のペースト さつまいものペースト 味噌汁の上澄み	全粥 マーボー春雨 白菜の浅漬け さつまいもと玉ねぎの味噌汁 かぼちゃおじや	マーボー春雨丼 白菜の浅漬け さつまいもと玉ねぎの味噌汁 かぼちゃおじや	マーボー春雨丼 白菜の浅漬け さつまいもと玉ねぎの味噌汁 かぼちゃおじや 牛乳	
19月	つぶし粥 お麩のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のホワイトソースかけ キャベツの浅漬け 豆腐の味噌汁 人参おじや	軟飯 鶏肉のホワイトソースかけ キャベツの浅漬け 豆腐の味噌汁 人参おじや 茹で大根 なすの味噌汁	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き キャベツの塩昆布和え 豆腐とねぎの味噌汁 人参おじや 牛乳	おかかごはん
20火	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 もやしと人参の和え物 わかめのスープ きな粉トースト きな粉パン粥	ハヤシライス風 もやしと人参の和え物 わかめのスープ きな粉トースト さつまいもスティック 小松菜のスープ	ハヤシライス もやしと人参のナムル わかめとコーンのスープ きな粉トースト 牛乳	青のりごはん
21水	つぶし粥 鰯のペースト きゅうりのペースト じゃが芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け マカロニサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 にゅうめん	軟飯 鰯の照り焼き マカロニサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 にゅうめん 茹でブロッコリー 高野豆腐の煮物	ごはん 鰯の照り焼き マカロニサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 にゅうめん 牛乳	バナナ
24土	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト 大根のペースト すまし汁	チャーハン風おじや 大根ときゅうりのサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや	チャーハン風 大根ときゅうりのサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや	チャーハン 大根ときゅうりのサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
26月	つぶし粥 豆腐のペースト さつまいものペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ 茹でさつまいも 白菜の味噌汁 野菜雑炊(みそ味)	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 茹でさつまいも 白菜の味噌汁 野菜雑炊(みそ味) お麩の煮物 茹でほうれん草	ごはん 豆腐の肉味噌のせ さつまいもの甘煮 白菜の味噌汁 野菜雑炊(みそ味) 牛乳	ごま塩ごはん
27火	つぶし粥 お麩のペースト トマトのペースト かぼちゃのペースト すまし汁	混ぜおじや 鶏肉のトマト煮 かぼちゃサラダ 隠元のスープ 鯛にゅうめん	混ぜ軟飯 鶏肉のトマト煮 かぼちゃサラダ 隠元のスープ 鯛にゅうめん バナナ じゃが芋スティック	洋風寿司 フライドチキン トマトサラダ かぼちゃのスープ 鯛にゅうめん 牛乳	おかかごはん
28水	つぶし粥 鰯のペースト 小松菜のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 小松菜と人参の和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 コーンクリームパン粥	軟飯 鰯の煮付け 小松菜と人参の胡麻和え 豆腐と玉ねぎの味噌汁 コーンクリームトースト 茹でキャベツ 春雨スープ	ごはん 鰯の煮付け 小松菜と人参の胡麻和え 油揚げと玉ねぎの味噌汁 コーンクリームトースト 牛乳	バナナ
29木	うどん粥 お麩のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト すまし汁	味噌煮込みうどん 人参ときゅうりのサラダ お麩の煮物 人参軟飯 かぶのくず煮 もやしの味噌汁	味噌煮込みうどん キュービックサラダ お麩の煮物 人参軟飯 かぶのくず煮 もやしの味噌汁	カレーうどん キュービックサラダ オレンジ 人参軟飯 牛乳	青のりごはん
30金	つぶし粥 豆腐のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 ほうれん草の白和え なすの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 きゅうりスティック 茹で白菜	軟飯 鶏肉の照り煮 ほうれん草の白和え なすの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 きゅうりスティック 茹で白菜	ごはん 鶏肉の生姜焼き ほうれん草の白和え なすの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 きゅうりスティック 牛乳	人参ごはん
31土	つぶし粥 豆腐のペースト じゃが芋のペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 すき焼き風煮 温野菜 キャベツの味噌汁 ひじきおじや	すき焼き井風 温野菜 キャベツの味噌汁 ひじきおじや	すき焼き井風 温野菜 キャベツの味噌汁 ひじきおじや 牛乳	