

2025年07月

離乳食献立表

逗子なないろ保育園

日	離乳完了期 (12~18ヶ月頃)	離乳後期 (9~11ヶ月頃)	離乳中期 (7~8ヶ月頃)	離乳初期 (5~6ヶ月頃)
30日 水	野菜トマトうどん ゆでうどん80.0g、鶏むねひき肉20.0g、キャベツ12.0g、トマト12.0g、にんじん8.0g、昆布だし汁80.0g、しょうゆ1.0g、片栗粉2.0g 南瓜煮 かぼちゃ30.0g バナナ バナナ30.0g	野菜トマトうどん ゆでうどん70.0g、鶏むね肉16.0g、キャベツ10.0g、トマト10.0g、にんじん5.0g、昆布だし汁70.0g、しょうゆ0.8g、片栗粉1.5g 南瓜煮 かぼちゃ24.0g バナナ バナナ24.0g	野菜トマトうどん ゆでうどん60.0g、鶏むねひき肉12.0g、キャベツ8.0g、トマト8.0g、にんじん3.0g、昆布だし汁60.0g、片栗粉2.0g 南瓜煮 かぼちゃ17.0g バナナ バナナ17.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g キャベツペースト キャベツ8.0g 南瓜のスープ かぼちゃ8.0g、昆布だし汁30.0g
	チーズおかおにぎり 軟飯80.0g、チーズ3.5g、しょうゆ1.0g、かつお節0.5g 牛乳 牛乳100.0g	チーズおかか粥 5倍粥80.0g、チーズ2.8g、しょうゆ0.8g、かつお節0.4g いんげん与人参の和え物 いんげん20.0g、にんじん5.0g	チーズ粥 7倍粥60.0g、チーズ2.0g いんげん与人参の和え物 いんげん14.0g、にんじん3.0g	
31日 木	ささみと野菜のごはん 軟飯80.0g、鶏ささみ25.0g、キャベツ15.0g、にんじん5.0g、しょうゆ1.0g ほうれん草とひじきの和え物 ひじき1.2g、しらす干し2.0g、にんじん5.0g、ほうれん草20.0g、しょうゆ0.5g 白菜のみそ汁 はくさい10.0g、昆布だし汁80.0g、みそ0.5g レーズン蒸しパン ホットケーキミックス20.0g、調製豆乳14.0g、干しぶどう5.0g 牛乳 牛乳100.0g	ささみと野菜粥 5倍粥80.0g、鶏ささみ20.0g、キャベツ10.0g、にんじん4.0g、しょうゆ0.8g ほうれん草とひじきの和え物 ひじき1.0g、しらす干し1.6g、にんじん4.0g、ほうれん草16.0g、しょうゆ0.4g 白菜のみそ汁 はくさい8.0g、昆布だし汁70.0g、みそ0.4g きな粉粥 5倍粥80.0g、きな粉3.0g かぶのグラッセ かぶ・葉25.0g、バター0.5g	ささみと野菜粥 7倍粥60.0g、鶏ささみ12.0g、キャベツ6.0g、にんじん3.0g ほうれん草の和え物 ほうれん草12.0g、にんじん3.0g、しらす干し1.2g 白菜のすまし汁 はくさい8.0g、昆布だし汁60.0g きな粉粥 7倍粥60.0g、きな粉2.5g かぶ煮 かぶ17.0g	10倍すりつぶし粥 10倍すりつぶし粥30.0g ほうれん草ペースト ほうれん草8.0g 白菜のスープ はくさい8.0g、昆布だし汁30.0g

※離乳食の汁は、その日に使用する野菜と一緒に昆布だしで煮たものを使用しています。