



離乳食・完了食予定献立表

7月



日	曜日	ゴックン期	モグモグ期	カミカミ期	カミカミ期おやつ	完了期	完了期おやつ
1	火		おかゆ 果物 玉ねぎのおつゆ 白身魚の野菜あんかけ	おかゆ 果物 ひじき煮 玉ねぎのおつゆ 白身魚の野菜あんかけ	ヨーグルト 赤ちゃん用お菓子 お茶	黒米ご飯 かきたま汁 カレイのムニエル コーンソテー ひじき煮 ミニゼリー	ヨーグルト お茶 お菓子
2	水		おかゆ 果物 豆腐のお味噌汁 じゃが芋と豚肉のうま煮	おかゆ 果物 青菜の煮物 豆腐のお味噌汁 じゃが芋と豚肉のうま煮	リンゴジュース 黒糖くずもち	わかめご飯 お味噌汁 豚肉の生姜焼き じゃが芋のカレーソテー 青菜のサッと煮 果物	リンゴジュース 黒糖くずもち
3	木		おかゆ 果物 野菜スープ 豆腐のそぼろあんかけ	おかゆ 果物 こぶき芋 野菜スープ 豆腐のそぼろあんかけ	お茶 おじや	パン 卵スープ 豆腐ハンバーグ スティック胡瓜 ポテトサラダ 果物	お茶 焼きおむすび
4	金		おかゆ 果物 にゅうめん 鶏肉のとろみ煮	おかゆ 果物 スティック胡瓜 にゅうめん 鶏肉のとろみ煮	お茶 手作りゼリー 赤ちゃん用お菓子	おむすび カラフルそうめん 焼きとうもろこし 鶏肉のから揚げ すいか	牛乳 星のクッキー 手作りゼリー
5	土		おじや 果物	おじや 果物		アレルギー用カレーライス フレッシュサラダ 果物	お茶 お菓子 ミニゼリー
7	月		おかゆ 果物 麩のおつゆ 白身魚の野菜あんかけ	おかゆ 果物 きざみトマト 麩のおつゆ 白身魚の野菜あんかけ	お茶 米粉パン	ゆかりご飯 お吸い物 鮭の西京焼き トマト 卵サラダ 果物	牛乳 星のハッシュドポテト
8	火		おかゆ 果物 けんちん汁 豚肉と玉ねぎのうま煮	おかゆ 果物 スティック胡瓜 けんちん汁 豚肉と玉ねぎのうま煮	お茶 赤ちゃん用お菓子	豚丼 けんちん汁 胡瓜とコーンの塩昆布和え ミニゼリー	牛乳 お菓子
9	水		おかゆ 果物 キャベツのお味噌汁 南瓜とツナの煮物	おかゆ 果物 スティック人参 キャベツのお味噌汁 南瓜とツナの煮物	お茶 果物 赤ちゃん用お菓子	ミネラルふりかけご飯 お味噌汁 豚肉の南部焼き 卵焼き おかか和え 果物	牛乳 フルーツポンチ お菓子
10	木		おかゆ 果物 トマトスープ 鶏肉とほうれん草のとろみ煮	おかゆ 果物 きざみトマト トマトスープ 鶏肉とほうれん草のとろみ煮	グレープジュース 赤ちゃん用お菓子	パン ミネストローネ 鶏肉のピカタ トマト ゴマネーズ和え 果物	グレープジュース ミルクくずもち
11	金		おかゆ 果物 野菜スープ 豚肉と人参のあんかけ	おかゆ 果物 スティック胡瓜 野菜スープ 豚肉と人参のあんかけ	ヨーグルト 赤ちゃん用お菓子 お茶	焼きそば ミニゼリー 中華スープ 胡瓜の塩もみ コーンソテー	ヨーグルト お菓子 お茶
12	土		おじや 果物	おじや 果物		チャーハン 野菜スープ 果物	お茶 お菓子 ミニゼリー
14	月		人参がゆ 果物 ポトフ ツナと野菜のうま煮	人参がゆ 果物 ポトフ スティック人参 ツナと野菜のうま煮	お茶 米粉パン	キャロットライス ポトフ スクランブルエッグ 鶏肉のムニエル ツナサラダ ミニゼリー	牛乳 お菓子
18	金		しらすがゆ 果物 大根のおつゆ 豆腐のそぼろあん	しらすがゆ 果物 大根のおつゆ ほうれん草の煮物 豆腐のそぼろあん	お茶 果物 赤ちゃん用お菓子	じゃこご飯 お吸い物 ミートボールのトマト煮 コーンソテー ひじきサラダ ミニゼリー	牛乳 プリンアラモード
29	火		おかゆ 果物 なすのお味噌汁 肉じゃが	おかゆ 果物 南瓜のうま煮 なすのお味噌汁 肉じゃが	リンゴジュース 赤ちゃん用お菓子	ふりかけご飯 お味噌汁 肉じゃが ちくわの磯辺揚げ 果物	リンゴジュース お菓子
30	水		おかゆ 果物 豚汁 豆腐と野菜の煮物	おかゆ 果物 スティック人参 豚汁 豆腐と野菜の煮物	お茶 ホットケーキ	鮎飯 豚汁 ミニゼリー	牛乳 ホットケーキ
31	木		おかゆ 果物 豆腐のおつゆ 煮魚あんかけ	おかゆ 果物 こぶき芋 豆腐のおつゆ 煮魚あんかけ	お茶 スティックトースト	青菜ご飯 お吸い物 さわらの照り煮 こぶき芋 春雨の酢の物 果物	牛乳 ジャムサンド

中期で使用する食品

米 じゃが芋 人参 玉ねぎ 南瓜 なす 豆腐 オレンジ パナナ すいか 豚肉 鶏肉 砂糖 塩 醤油 鰹節 かりこ 昆布 味噌 トマト パプリカ ツナ 鯛 片栗粉 カレイ ほうれん草 小松菜 麩 牛肉 ささみ 大

後期で使用する食品

中期で使用する食品プラス
胡瓜 ヨーグルト ホットケーキミックス 食パン
米粉パン リンゴジュース グレープジュース



令和7年度
認定こども園おとり