

令和 6年度 7月離乳食献立表

	ごっくん期(初期)	もぐもぐ期(中期)	かみかみ期(後期)	ばくばく期(完了期)	おやつ		ごっくん期(初期)	もぐもぐ期(中期)	かみかみ期(後期)	ばくばく期(完了期)	おやつ
名						名					
前						前					
月			豚肉の和え物	豚肉の和え物	玉葱とニラのお焼き	月			鶏肉のトマト煮	鶏肉のトマト煮	米粉のきな粉クッキー
1日			切干大根の含め煮	切干大根の含め煮		8日		ピーマンと胡瓜のじゃこ炒め	ピーマンと胡瓜のじゃこ炒め		
29日			南瓜の味噌汁	南瓜の味噌汁		22日		じゃが芋の味噌汁	じゃが芋の味噌汁		
火			たっぷり野菜のマーボー豆腐	たっぷり野菜のマーボー豆腐	キャロットケーキ	火		鱈の塩焼き	鱈の塩焼き	おにぎり	
2日			胡瓜とツナの和え物	胡瓜とツナの和え物		9日		南瓜の含め煮	南瓜の含め煮		
16日			キャベツのスープ	キャベツのスープ		23日		オクラ、胡瓜、納豆の和え物	オクラ、胡瓜、納豆の和え物		
30日								豚汁	豚汁		
水			クリームシチュー(豚肉使用)	ビーフシチュー	3・17日 わらびもち	水		夏野菜カレー	夏野菜カレー	10日 フルーツゼリー	
3日			和風サラダ	和風サラダ	31日 きな粉マカロニ	10日		(28品目不使用ルウ使用)	(28品目不使用ルウ使用)	24日 フルーツ入り	
17日						24日		野菜の和え物	野菜の和え物	ヨーグルト	
31日											
木			白身魚の野菜あんかけ	白身魚の野菜あんかけ	スティックパンの	木		肉じゃが	肉じゃが	ホットケーキ	
4日			ほうれん草のおかか和え	ほうれん草のおかか和え	カリカリ焼き	11日		ひじきの和え物	ひじきの和え物		
18日			茄子の味噌汁	茄子の味噌汁		25日		豆腐となめこのすまし汁	豆腐となめこのすまし汁		
金			鶏肉の治部煮風	鶏肉の治部煮風	5日 セタデザート	金		白身魚のおろし煮	白身魚のおろし煮	スイカ	
5日			小松菜のさっと煮	小松菜のさっと煮	19日 おせんべい	12日		高野豆腐のあんかけ煮	高野豆腐のあんかけ煮		
19日			豆腐とわかめの味噌汁	豆腐とわかめの味噌汁		26日		青菜の味噌汁	青菜の味噌汁		
土			サラダうどん	サラダうどん	パン	土		あんかけうどん	ジャージャー麺	パン	
6日					(ふわふわせんべい)	13日				(ふわふわせんべい)	
20日						27日					
麺			にゅう麺	にゅう麺		誕		枝豆しらす入りおじや	枝豆しらすご飯		
の						生		ひき肉とマッシュポテトの重ね焼き	星のコロッケ		
日						日		ひじきのサラダ	ひじきのサラダ		
9日						25日		冬瓜のすまし汁	冬瓜のすまし汁		

※離乳食献立は主に給食献立内の食材を使用していますが、献立中の練り製品、こんにやくなどはつくし組さんでは使用しません。

また生姜やニンニクは12ヶ月を過ぎた頃から風味付け程度に使用することがあります。

※完了期(12ヶ月)頃からカレールウも使用していきますが、つくし組さんではアレルギーを含まない乳児さん用のルウを使用します。

※献立で使用する食材は、事前に一度少量からご家庭でお試ください。