離乳食献立表(中期食)

2023年7月

アルテ子どもと木幼保園

日 曜	時間帯	献立	材　料　名
1・15・29 土	昼食	ミートスパゲティー 粉ふき芋 やさいスープ	マカロニ・スパゲティ、鶏ささ身、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、かつお・昆布だし汁、片栗粉 じゃがいも にんじん、たまねぎ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	にんじんパン粥 野菜とささみのポトフ風	無添加食パン、にんじん 鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁
3・31 月	昼食	全粥 鶏ささみ煮 茹で野菜のおかか和え みそ汁	米 鶏ささ身、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、片栗粉 にんじん、キャベツ、かつお節 たまねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ
	午後おやつ	あおのり粥 ツナの野菜スープ	米、あおのり 木綿豆腐、にんじん、キャベツ、たまねぎ、かつお・昆布だし汁
4・18 火	昼食	青のり粥 鮭の照煮 にんじんの煮物 みそ汁	米、あおのり さけ、かつお・昆布だし汁 にんじん、かつお・昆布だし汁 キャベツ、米みそ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	全粥 豆腐のやさいあんかけ すまし汁	米 木綿豆腐、にんじん、キャベツ、かつお・昆布だし汁 たまねぎ、かつお・昆布だし汁
5・19 水	昼食	全粥 麻婆豆腐 キャベツのスープ	米 木綿豆腐、鶏ささ身、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、淡色みそ、片栗粉 キャベツ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	パン粥 ツナとキャベツのスープ煮 にんじんスティック	無添加食パン ツナ水煮缶、キャベツ、たまねぎ、かつお・昆布だし汁 にんじん
6・20 木	昼食	全粥 チキンのトマト煮 にんじんとキャベツのサラダ みそ汁	米 鶏ささ身、たまねぎ、トマトピューレ、かつお・昆布だし汁、片栗粉 にんじん、キャベツ、かつお・昆布だし汁 キャベツ、淡色みそ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	全粥 しらすマカロニ 野菜スープ	米 マカロニ、釜揚げしらす、たまねぎ、にんじん、キャベツ、かつお・昆布だし汁 かつお・昆布だし汁、たまねぎ
7 金	昼食	七夕そうめん 鶏肉団子	干しそうめん、にんじん、キャベツ、かつおだし汁 鶏ささ身、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米みそ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	ツナ入りパンがゆ ミルクスープ	無添加食パン、ツナ水煮缶、トマトピューレ たまねぎ、キャベツ、にんじん、育児用ミルク、かつお・昆布だし汁
8・22 土	昼食	ツナ粥 キャベツのサラダ トマトスープ	無添加食パン、ツナ水煮缶 キャベツ、にんじん、かつお・昆布だし汁 たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	おかか粥 鶏ささみとキャベツのスープ煮	米、かつお節 鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁
10・24 月	昼食	全粥 チキンのトマトソースかけ にんじんのソテー みそ汁	米 鶏ささ身、たまねぎ、トマトピューレ、かつお・昆布だし汁 にんじん キャベツ、米みそ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	パンがゆ しらすの野菜煮 野菜スープ	無添加食パン 釜揚げしらす、たまねぎ、キャベツ、かつお・昆布だし汁 にんじん、かつお・昆布だし汁
11・25 火	昼食	全粥 鮭の西京焼き キャベツのサラダ すまし汁	米 さけ、白みそ キャベツ だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	全粥 鶏肉の野菜煮 みそ汁	米 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、かつお・昆布だし汁 キャベツ、淡色みそ、かつお・昆布だし汁
12・26 水	昼食	全粥 つくね焼き キャベツとにんじんのサラダ トマトスープ	米 鶏ささ身、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁 にんじん、キャベツ たまねぎ、にんじん、キャベツ、トマトピューレ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	くたくたうどん にんじんスティック	干しうどん、ツナ水煮缶、キャベツ、たまねぎ、かつお・昆布だし汁 にんじん、かつお・昆布だし汁
13 木	昼食	全粥 かれいのスープ煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	米 かれい、かつお・昆布だし汁 キャベツ、にんじん、かつお・昆布だし汁 だいこん、かつお・昆布だし汁、米みそ
	午後おやつ	パン粥 鶏肉のトマト煮 野菜スープ	無添加食パン 鶏ささ身、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ かつお・昆布だし汁、キャベツ
14・28 金	昼食	全粥 夏野菜煮 キャベツのサラダ	米 鶏ささ身、たまねぎ、かぼちゃ、トマトピューレ、かつお・昆布だし汁 キャベツ、にんじん
	午後おやつ	パン粥 ツナのミルクスープ	無添加食パン ツナ水煮缶、キャベツ、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク、かつお・昆布だし汁
21 金	昼食	にんじん粥 鶏つくねのみそ煮 キャベツのサラダ	米、にんじん 鶏ささ身、木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、米みそ、かつお・昆布だし汁、片栗粉 キャベツ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	パン粥 ツナトマトスープ	無添加食パン ツナ水煮缶、たまねぎ、キャベツ、トマトピューレ、かつお・昆布だし汁
27 木	昼食	パン粥 鮭のトマト煮 スローサラダ コンソメスープ	無添加食パン さけ、トマトピューレ、片栗粉、かつお・昆布だし汁 キャベツ、にんじん、かつお・昆布だし汁 たまねぎ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	牛乳 ツナパスタ 野菜スープ	 スパゲティ、ツナ水煮缶、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁 キャベツ、たまねぎ、やさいスープ