令和6年2月 離乳食中期（7～8か月頃）予定献立表

京丹後市立保育所・こども園

日 曜	献立	材料名
1 木	全粥 さけと野菜煮 さつま汁	米 さけ、たまねぎ、だし汁、片栗粉 さつまいも、鶏ひき肉、片栗粉、キャベツ、だいこん、にんじん、みそ、だし汁
2 金	全粥 大豆と野菜煮 ちりめん煮　バナナ	米 大豆、たまねぎ、にんじん、ピーマン、しょうゆ、だし汁、米粉 ほうれんそう、はくさい、にんじん、しらす干し、だし汁、片栗粉　バナナ
5 月	全粥 鶏肉と大根の旨煮 野菜煮　オレンジ	米 鶏ひき肉、しょうゆ、片栗粉、だいこん、にんじん、砂糖、しょうゆ、だし汁、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ　オレンジ
6 火	全粥～軟飯 ビビンバ風あんかけ 白菜のすまし汁　みかん	米 鶏ひき肉、ごま油、こまつな、にんじん、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 はくさい、たまねぎ、にんじん、豆腐、だし汁、しょうゆ　みかん
7 水	全粥 炒り豆腐風 野菜スープ	米 鶏ひき肉、おから、豆腐、たまねぎ、しょうゆ、だし汁 たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、だし汁、しょうゆ
8 木	全粥 さわらと野菜煮 じゃが芋のみそ汁	米 さわら、キャベツ、にんじん、だし汁、片栗粉 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
9 金	全粥 豆腐と野菜のみそ煮 ささみと野菜煮　いよかん	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ、片栗粉 ささ身、きゅうり、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉　いよかん
13 火	全粥 鶏肉と野菜煮 野菜煮　バナナ	米 鶏肉、さつまいも、たまねぎ、にんじん、だいこん、ブロッコリー、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ　バナナ
14 水	全粥～軟飯 ひき肉とじゃがいも煮 豆腐のあったかスープ　オレンジ	米 じゃがいも、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 豆腐、たまねぎ、だし汁、しょうゆ、片栗粉　オレンジ
15 木	全粥 あかうおと野菜煮 金時煮豆	米 あかうお、キャベツ、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 いんげんまめ、砂糖、しょうゆ
16 金	全粥 けんちん煮 野菜煮　バナナ	米 豆腐、鶏肉、だいこん、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉　バナナ
19 月	全粥～軟飯 うどん 納豆と野菜煮　いよかん	米 うどん、鶏ひき肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ 納豆、たまねぎ、みそ、だし汁　いよかん
20 火	全粥 さけと野菜のみそ煮 野菜スープ	米 さけ、キャベツ、こまつな、にんじん、みそ、砂糖、だし汁 たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、だし汁、しょうゆ
21 水	全粥 鶏肉と野菜のかつお煮 ふのすまし汁	米 鶏ひき肉、じゃがいも、ほうれんそう、にんじん、だし汁、かつお節、しょうゆ たまねぎ、にんじん、麸、だし汁、しょうゆ
22 木	全粥 さわらと野菜煮 野菜スープ	米 さわら、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ
26 月	全粥 トマトシチュー サラダ煮　バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリンピース、ホールトマト、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、酢　バナナ
27 火	全粥 鶏肉と野菜煮 スープ　オレンジ	米 鶏ひき肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、あおのり 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ　オレンジ
28 水	全粥 はまちとさつまいも煮 野菜煮	米 はまち、さつまいも、だし汁、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ
29 木	全粥 鶏肉と野菜の炒め煮 ポパイ煮　バナナ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ ほうれんそう、キャベツ、にんじん、ツナ缶、だし汁　バナナ

※ 離乳食後は欲しがるだけミルクを飲みます。
　また、午前、午後の間食時間にもミルクを飲みます。
※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。
※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

～手づかみ食べ～ 赤ちゃんは10ヶ月頃になると食べ物を認識して、自分から手を出すようになります。離乳食はつかんで食べやすいよう工夫しましょう。
★ 野菜はやわらかく煮て、持ちやすい大きさに
★ 麺類は7～8cmにカット ★ 汁の具や麺は、お皿にのせる