令和6年3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 金	全粥（鶏そぼろあんかけ） 春キャベツとささみのサラダ煮 すまし汁	米、鶏ひき肉、にんじん、さやえんどう、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、ささ身、きゅうり、にんじん、だし汁、酢、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、なばな、だし汁、しょうゆ
4 月	全粥（しらす） うどん かぼちゃ煮	米、しらす干し うどん、鶏肉、片栗粉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ かぼちゃ、だし汁、片栗粉
5 火	全粥 鶏じゃが レモンサラダ　オレンジ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリンピース、だし汁、しょうゆ、砂糖 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、レモン、砂糖　オレンジ
6 水	全粥 あかうお煮 ポテトサラダ風　みそ汁	米 あかうお、だし汁、片栗粉 じゃがいも、きゅうり、キャベツ、にんじん、だし汁、酢、しょうゆ　豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
7 木	全粥 煮バーグ オニオンスープ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、だし汁、しょうゆ たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、だし汁、しょうゆ
8 金	全粥 あかうおの煮付 野菜煮　すまし汁	米 あかうお、だし汁、片栗粉 キャベツ、ブロッコリー、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉　たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、麩、だし汁、しょうゆ
11 月	全粥 鶏肉と野菜煮 フルーツサラダ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリンピース、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、バナナ、しょうゆ、レモン
12 火	全粥 さわらとじゃがいも煮 野菜スープ	米 さわら、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、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
13 水	全粥 鶏肉と野菜煮 金時煮豆	米 鶏ひき肉、キャベツ、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 いんげんまめ、砂糖、しょうゆ
14 木	全粥 鶏肉とじゃがいも煮 スープ　オレンジ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、にんじん、しいたけ、だし汁、しょうゆ　オレンジ
15 金	全粥 炒り豆腐 はるさめと野菜煮　バナナ	米 豆腐、鶏肉、たまねぎ、にんじん、グリンピース、砂糖、しょうゆ はるさめ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉　バナナ
18 月	全粥 うどん 納豆のみそ風味　バナナ	米 うどん、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ 納豆、たまねぎ、みそ、だし汁　バナナ
19 火	全粥 さわらと青菜煮 みそ汁	米 さわら、ほうれんそう、にんじん、かつお節、しょうゆ、だし汁、片栗粉 たまねぎ、しめじ、にんじん、だし汁、みそ
21 木	全粥 鶏肉と野菜煮 豆腐のすまし汁	米 鶏ひき肉、キャベツ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 豆腐、たまねぎ、わかめ、にんじん、だし汁、しょうゆ
22 金	全粥 ビビンバ風あんかけ スープ　オレンジ	米 鶏ひき肉、こまつな、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ　オレンジ
25 月	全粥 鶏肉と野菜煮 キャベツの香り煮　オレンジ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、レモン、砂糖、だし汁　オレンジ
26 火	全粥 あかうおと野菜煮 じゃがいものみそ汁	米 あかうお、キャベツ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、にんじん、だし汁、みそ
27 水	全粥 クリームシチュー 中華風サラダ煮　バナナ	米 鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリンピース、だし汁、豆乳、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、だし汁　バナナ
28 木	全粥 炒めそうめん すまし汁　オレンジ	米 そうめん、たまねぎ、ピーマン、ホールトマト、油、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、だし汁、しょうゆ　オレンジ
29 金	全粥 高野豆腐の五目煮 サラダ煮　バナナ	米 凍り豆腐、鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、いんげん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、酢、片栗粉　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。

離乳食の時間を楽しい時間にしましょう

食事の時は、「おいしいね」「上手に食べたね」「これは〇〇だよ」などと話しかけたり、大人も一緒に美味しく食事をすることで、食べる楽しさの体験ができます。楽しい食事の時間を作りましょう☆