

令和8年5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 魚と野菜煮 じゃが芋のみそ汁	米 さけ、キャベツ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
7木	全粥 豆腐のすまし汁 野菜煮	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ たまねぎ、じゃがいも、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉
8金	全粥 豆腐と野菜煮 野菜煮 オレンジ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、みそ、水、片栗粉 キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
11月	全粥 鶏肉と野菜煮 サラダ煮 バナナ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、だし汁、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、片栗粉 バナナ
12火	全粥 魚とじゃがいも煮 新玉ねぎのみそ汁	米 あかうお、たまねぎ、じゃがいも、だし汁、しょうゆ、米粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、みそ
13水	全粥 鶏肉と野菜煮 すまし汁	米 鶏肉、キャベツ、ほうれんそう、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
14木	全粥 鶏じゃが 野菜煮 バナナ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、だし汁、砂糖、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、米粉 バナナ
15金	全粥 大豆と野菜煮 青菜のツナ煮 オレンジ	米 大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、米粉 キャベツ、こまつな、にんじん、ツナ缶、だし汁、米粉 オレンジ
18月	全粥 野菜そうめん 納豆みそ バナナ	米 そうめん、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 鶏肉と野菜煮 すまし汁	米 鶏肉、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ
20水	全粥 魚と野菜煮 すまし汁	米 さけ、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 たまねぎ、豆腐、にんじん、だし汁、しょうゆ
21木	全粥 鶏肉とじゃがいも煮 野菜煮	米 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、だし汁、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、じゃがいも、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉
22金	全粥 炒り豆腐 野菜煮 オレンジ	米 豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、だし汁、砂糖、しょうゆ、米粉 キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
25月	全粥 鶏と野菜のあんかけ 豆腐のすまし汁 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 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ オレンジ
26火	全粥 鶏肉と野菜煮 野菜煮 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、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 オレンジ
27水	全粥 大豆と野菜煮 すまし汁	米 大豆、たまねぎ、キャベツ、ほうれんそう、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 豆腐、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、だし汁、しょうゆ
28木	全粥 魚と野菜煮 たまねぎのすまし汁	米 さけ、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
29金	全粥 高野豆腐と野菜のふわふわ煮 しらすと麩の煮物 バナナ	米 凍り豆腐、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 しらす干し、麩、だし汁、米粉 バナナ

※ 午前午後の間食時にはミルクを飲みます。

※ 使用食材は、できるだけその日までに、ご家庭で食べていただきますようお願いいたします。

※ 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。

～お茶や白湯で水分補給をしましょう～
お風呂上りや散歩の後など、のどの渇いている時には、お茶や白湯で水分補給をしましょう。暑い時は定期的にとすると良いですね。