



令和8年6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
2火	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、片栗粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
3水	全粥 鶏肉とじゃが芋煮 たたききゅうり煮 みそ汁	米 じゃがいも、鶏肉、だし汁、みそ、米粉 きゅうり、だし汁、しょうゆ キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
4木	全粥 野菜煮 豆腐のすまし汁 バナナ	米 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、米粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ バナナ
5金	全粥 豆腐とじゃが芋煮 サラダ煮 オレンジ	米 豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうゆ、片栗粉 きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 オレンジ
8月	全粥 冷やしうどん 納豆みそ バナナ	米 うどん、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 バナナ
9火	全粥 鶏肉と野菜煮 みそ汁	米 鶏肉、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
10水	全粥 さけの煮付け インディアンサラダ	米 さけ、だし汁、砂糖、しょうゆ、米粉 大豆、じゃがいも、キャベツ、きゅうり、トマト、砂糖、しょうゆ、だし汁
11木	全粥 あんかけ すまし汁 オレンジ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、ピーマン、パプリカ、だし汁、砂糖、しょうゆ、米粉 たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、だし汁、しょうゆ オレンジ
12金	全粥 炒り豆腐 野菜煮	米 豆腐、鶏肉、たまねぎ、にんじん、いんげん、砂糖、しょうゆ、米粉 きゅうり、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉
15月	全粥 鶏肉と野菜煮 すまし汁 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、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ バナナ
16火	全粥 魚と野菜煮 じゃがいものみそ汁	米 たい、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、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
17水	全粥 鶏肉と野菜煮 すまし汁	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 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
18木	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、片栗粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
19金	全粥 大豆と野菜煮 キャベツ煮 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、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
22月	全粥 鶏肉と野菜煮 キャベツの香り煮 バナナ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、にんじん、だし汁、レモン、砂糖、片栗粉 バナナ
23火	全粥 鶏肉と豆腐煮 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 キャベツ、にんじん、きゅうり、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
24水	全粥 魚と野菜煮 ふのすまし汁	米 さけ、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、にんじん、麩、だし汁、しょうゆ
25木	全粥 豆腐と野菜煮 野菜煮	米 豆腐、たまねぎ、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、米粉
26金	全粥 新じゃが煮 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、いんげん、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 オレンジ
29月	全粥 鶏肉と野菜煮 ミネストローネ バナナ	米 鶏ひき肉、きゅうり、キャベツ、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、トマトジュース、だし汁、しょうゆ バナナ
30火	全粥 たいと野菜煮 すまし汁	米 たい、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ

※ 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。

## 歯みがきはいつから？

前歯が生えてきた頃から、大人のひざの上に仰向けに寝かせ、顔や口の周りをやさしく触ったりしてリラックスしてから、歯をガーゼなどやわらかいもので拭いてあげましょう。