



## 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
2 月	全粥 あんかけうどん 納豆みそ バナナ	米 うどん、鶏肉、はくさい、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 納豆、たまねぎ、みそ、だし汁 バナナ
3 火	全粥 大豆と野菜煮 青菜のツナ煮 みかん	米 大豆、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、米粉 こまつな、はくさい、にんじん、ツナ缶、だし汁、片栗粉 みかん
4 水	全粥 魚と野菜煮 ふのすまし汁	米 はまち、ブロッコリー、はくさい、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
5 木	全粥 野菜煮 中華スープ 金時煮豆	米 キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、あおのり、しょうゆ、米粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ いんげんまめ、砂糖、しょうゆ
6 金	全粥 炒り豆腐 野菜とツナ煮 オレンジ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、グリンピース、砂糖、しょうゆ だいこん、きゅうり、にんじん、だし汁、片栗粉 オレンジ
9 月	全粥 シチュー サラダ煮 いよかん	米 鶏肉、たまねぎ、はくさい、じゃがいも、にんじん、ブロッコリー、だし汁、豆乳、米粉、コーンスターチ キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、だし汁 いよかん
10 火	全粥 魚と野菜のみそ煮 白菜のすまし汁	米 あかうお、こまつな、にんじん、だし汁、みそ、片栗粉 はくさい、たまねぎ、にんじん、豆腐、だし汁、しょうゆ
12 木	全粥 鶏肉と野菜煮 さつまいものレモン煮	米 鶏肉、キャベツ、にんじん、きゅうり、だし汁、しょうゆ、片栗粉 さつまいも、砂糖、レモン
13 金	全粥 じゃがいものそぼろ煮 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
16 月	全粥 大根のそぼろ煮 ほうれんそうのツナ煮 オレンジ	米 鶏ひき肉、だいこん、たまねぎ、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 ほうれんそう、キャベツ、にんじん、ツナ缶、だし汁、片栗粉 オレンジ
17 火	全粥 魚どじゃがいも煮 すまし汁	米 あかうお、じゃがいも、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
18 水	全粥 大豆と野菜煮 大根のみそ汁	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 だいこん、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
19 木	全粥 魚と野菜煮 すまし汁	米 あかうお、キャベツ、はくさい、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 たまねぎ、だし汁、しょうゆ
20 金	全粥 けんちん煮 野菜煮 オレンジ	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、米粉 オレンジ
24 火	全粥 トマトシチュー 野菜煮 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 バナナ
25 水	全粥 魚と野菜煮 さつま汁	米 あかうお、ほうれんそう、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 さつまいも、だいこん、鶏肉、にんじん、だし汁、みそ
26 木	全粥 あんかけ じゃがいものみそ汁 いよかん	米 鶏ひき肉、たまねぎ、ピーマン、パプリカ、だし汁、しょうゆ、砂糖、米粉 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ いよかん
27 金	全粥 じゃが芋のそぼろ煮 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、しょうゆ、片栗粉 こまつな、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ

※ 午前午後の間食時間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、ご家庭で食べていきますようお願いします。

※ 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。

## 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」と話しかけたり、大人も一緒に食事をすることで、食べる楽しさの体験ができます。楽しい食事時間にしましょう☆