



# 2024年7月 離乳食献立表



大宮みちのこ保育園

		完了食	後期食	中期食	初期食
1日	昼食	軟飯 豚肉とたまねぎのソテー 切干大根のサラダ(きゅうり・人参・ちくわ) おくらスープ(コーン・玉ねぎ・人参)	全粥 豚ひき肉の炒め煮(玉ねぎ) 大根の軟煮(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(玉ねぎ) 大根の軟煮(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥 かれのいのどろ煮(玉ねぎ) 大根の軟煮(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	軟飯(人参) 牛乳	全粥(人参) スープ(玉ねぎ・大根)	7倍粥(人参) スープ(玉ねぎ・大根)	10倍粥(人参) スープ(玉ねぎ・大根)
2日	昼食	軟飯 さばのみそ焼き はるさめサラダ(きゅうり・人参・もやし) 豆腐すまし汁(小松菜・玉ねぎ)	全粥 かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参) 豆腐スープ(小松菜・玉ねぎ)	7倍粥 かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参) 豆腐スープ(小松菜・玉ねぎ)	10倍粥 かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参) 豆腐スープ(小松菜・玉ねぎ)
	午後	シュガートースト 牛乳	シュガートースト スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
3日	昼食	軟飯 厚揚げと豚肉の煮物(玉ねぎ) 大根サラダ(キャベツ・小松菜・コーン) みそ汁(なす・玉ねぎ・わかめ)	全粥 豚ひき肉の煮物(豆腐・玉ねぎ) 大根の軟煮(キャベツ・小松菜) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(豆腐・玉ねぎ) 大根の軟煮(キャベツ・小松菜) スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥 かれのいのどろ煮(豆腐・玉ねぎ) 大根の軟煮(キャベツ・小松菜) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	軟飯(人参) 牛乳	全粥(人参) スープ(玉ねぎ・キャベツ)	7倍粥(人参) スープ(玉ねぎ・キャベツ)	10倍粥(人参) スープ(玉ねぎ・キャベツ)
4日	昼食	軟飯 鶏肉のマーメレード焼き ちくわのごま炒め(もやし・にんじん・小松菜) 豆腐すまし汁(あげ・ねぎ・わかめ)	全粥 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(にんじん・小松菜) 豆腐スープ(大根)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮 野菜の軟煮(にんじん・小松菜) 豆腐スープ(大根)	10倍粥 かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(にんじん・小松菜) 豆腐スープ(大根)
	午後	バナナケーキ 牛乳	バナナホットケーキ スープ(大根・人参)	バナナパン粥 スープ(大根・人参)	バナナパン粥 スープ(大根・人参)
5日	昼食	軟飯 肉じゃが(豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ) マカロニサラダ(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	全粥 肉じゃが(豚ひき肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ) マカロニの軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(じゃがいも・人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	10倍粥 かれのいのどろ煮(じゃがいも・人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	オレンジゼリー 牛乳	ホットケーキ スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
6日	昼食	軟飯 豚肉炒め(人参・もやし・にら) スープ(キャベツ・コーン) バナナ	全粥 豚ひき肉の肉炒め煮(人参・大根) スープ(キャベツ・人参) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(人参・大根) スープ(キャベツ・人参) バナナ	10倍粥 かれのいのどろ煮(人参・大根) スープ(キャベツ・人参) バナナ
	午後	マンナビスケット 牛乳	トースト スープ(人参・大根)	パン粥 スープ(人参・大根)	パン粥 スープ(人参・大根)
8日	昼食	軟飯 豆腐ハンバーグ(玉ねぎ) ねばねばサラダ(オクラ・キャベツ・きゅうり・コーン・ツナ) みそ汁(玉ねぎ・人参・あげ・わかめ)	全粥 豆腐ハンバーグ(玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・ツナ) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・ツナ) スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥 かれのいのどろ煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・ツナ) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	バタークッキー 牛乳	ホットケーキ スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
9日	昼食	軟飯 鮭のみそマヨ焼き 変わりきんぴら(大根・人参・さつまいも・きんぴら) すまし汁(じゃが芋・えのき・ねぎ)	全粥 鮭の照り焼き 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(じゃが芋・人参)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(じゃが芋・人参)	10倍粥 かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(じゃが芋・人参)
	午後	軟飯(人参・チーズ・青のり) 牛乳	全粥(人参) スープ(大根・人参)	7倍粥(人参) スープ(大根・人参)	10倍粥(人参) スープ(大根・人参)
10日	昼食	軟飯 豚肉と野菜の煮物(人参・玉ねぎ・なす) フレッシュサラダ(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(トマト・玉ねぎ・かぼちゃ)	全粥 豚ひき肉の炒め煮(人参・玉ねぎ・なす) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・キャベツ) スープ(トマト・玉ねぎ・かぼちゃ)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(人参・玉ねぎ・なす) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・キャベツ) スープ(トマト・玉ねぎ・かぼちゃ)	10倍粥 かれのいのどろ煮(人参・玉ねぎ・なす) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・キャベツ) スープ(トマト・玉ねぎ・かぼちゃ)
	午後	きなこトースト 牛乳	トースト スープ(玉ねぎ・かぼちゃ)	パン粥 スープ(玉ねぎ・かぼちゃ)	パン粥 スープ(玉ねぎ・かぼちゃ)
11日	昼食	軟飯 豚肉のスタミナ焼き(玉ねぎ・人参・にら) キャベツの和風サラダ(きゅうり・人参) 野菜スープ(人参・しいたけ・小松菜)	全粥 豚ひき肉の炒め煮(玉ねぎ・人参) キャベツの軟煮(きゅうり・人参) スープ(人参・小松菜)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(玉ねぎ・人参) キャベツの軟煮(きゅうり・人参) スープ(人参・小松菜)	10倍粥 かれのいのどろ煮(玉ねぎ・人参) キャベツの軟煮(きゅうり・人参) スープ(人参・小松菜)
	午後	蒸しパン(プレーン) 牛乳	蒸しパン(プレーン) スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
12日	昼食	軟飯 マーボー豆腐(豚ひき肉・ピーマン・玉ねぎ・ねぎ) もやしのナムル(きゅうり・人参) 中華スープ(春雨・人参・玉ねぎ・しいたけ・チンゲン菜)	全粥 マーボー豆腐(豚ひき肉・玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(チンゲン菜・人参・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐ののどろ煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(チンゲン菜・人参・玉ねぎ)	10倍粥 かれのいと豆腐ののどろ煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(チンゲン菜・人参・玉ねぎ)
	午後	チーズちぢみ 牛乳	全粥(人参) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥(人参) スープ(人参・玉ねぎ)	10倍粥(人参) スープ(人参・玉ねぎ)
13日	昼食	ミートスパゲティ(玉ねぎ・人参) コンソメスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) バナナ	やわらかミートスパゲティ(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) バナナ	スパゲティののどろ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) バナナ	うどんののどろ煮(しらす・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	軟飯(人参) 牛乳	全粥(人参) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥(人参) スープ(人参・玉ねぎ)	10倍粥(人参) スープ(人参・玉ねぎ)
16日	昼食	軟飯 鶏肉のレモン焼き キャベツのごま和え(人参) みそ汁(あげ・しめじ・小松菜)	全粥 鶏肉の照り焼き キャベツの軟煮(人参) スープ(にんじん・小松菜)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮 キャベツの軟煮(人参) スープ(にんじん・小松菜)	10倍粥 かれのいのどろ煮 キャベツの軟煮(人参) スープ(にんじん・小松菜)
	午後	焼きそば(豚肉・キャベツ・人参・ピーマン) 牛乳	焼きそば(キャベツ・人参) スープ(小松菜・人参)	とろろうどん(キャベツ・人参) スープ(小松菜・人参)	とろろうどん(キャベツ・人参) スープ(小松菜・人参)

		完了食	後期食	中期食	初期食
17日	昼食	軟飯 揚げ豆腐(豆腐・卵・鶏ひき肉・ひじき・しいたけ・人参・さやえんどう) かぼちゃの甘煮 みそ汁(大根・しめじ・人参・あげ)	全粥 揚げ豆腐(豆腐・卵・鶏ひき肉・ひじき・人参) かぼちゃの甘煮 スープ(大根・人参)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(鶏ひき肉・人参) かぼちゃの甘煮 スープ(大根・人参)	10倍粥 豆腐ののどろ煮(かれのい・人参) かぼちゃの甘煮 スープ(大根・人参)
	午後	パン粉クッキー 牛乳	ホットケーキ スープ(人参・かぼちゃ)	パン粥 スープ(人参・かぼちゃ)	パン粥 スープ(人参・かぼちゃ)
18日	昼食	軟飯 豚肉の炒め物(玉ねぎ・人参・にら) ポテトサラダ(人参・きゅうり・ハム・コーン) バナナ	全粥 豚ひき肉の炒め煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(じゃがいも・人参・きゅうり) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉の炒め煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(じゃがいも・人参・きゅうり) バナナ	10倍粥 かれのいの炒め煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(じゃがいも・人参・きゅうり) バナナ
	午後	シュガートースト 牛乳	シュガートースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
19日	昼食	軟飯 鶏つくねのあんかけ(ひじき・玉ねぎ・人参) おくらとツナ和え(キャベツ・人参) みそ汁(なめこ・豆腐・ねぎ)	全粥 鶏つくねのあんかけ(ひじき・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参・ツナ) スープ(豆腐・人参)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参・ツナ) スープ(豆腐・人参)	10倍粥 かれのいのどろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(豆腐・人参)
	午後	軟飯(人参) 牛乳	全粥(人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)	7倍粥(人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)	10倍粥(人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)
20日	昼食	軟飯 焼肉(キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン) みそ汁(なす・玉ねぎ・あげ) バナナ	全粥 鶏ひき肉の炒め煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(なす・玉ねぎ) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(なす・玉ねぎ) バナナ	10倍粥 かれのいのどろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ) バナナ
	午後	いちごジャムパン 牛乳	食パン スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
22日	昼食	軟飯 鶏肉のコーンフレーク焼き 中華サラダ(もやし・キャベツ・きゅうり) みそ汁(かぶ・えのき・あげ・わかめ)	全粥 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(かぶ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(なす・玉ねぎ) バナナ	10倍粥 かれのいのどろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ) バナナ
	午後	軟飯(人参) 牛乳	軟飯(人参) スープ(キャベツ・かぶ)	7倍粥(人参) スープ(キャベツ・かぶ)	10倍粥(人参) スープ(キャベツ・かぶ)
23日	昼食	軟飯 さばのカレー焼き せん野菜サラダ(きゅうり・大根・人参) みそ汁(たまねぎ・こまつな・あげ)	全粥 かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) スープ(たまねぎ・こまつな・大根)	7倍粥 かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) スープ(たまねぎ・こまつな・大根)	10倍粥 かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) スープ(たまねぎ・こまつな・大根)
	午後	ジャムトースト 牛乳	トースト スープ(人参・小松菜)	パン粥 スープ(人参・小松菜)	パン粥 スープ(人参・小松菜)
24日	昼食	軟飯 松風焼き(玉ねぎ・人参) はるさめサラダ(もやし・きゅうり・人参) みそ汁(だいこん・にんじん・えのき)	全粥 松風焼き(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(だいこん・にんじん)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(だいこん・にんじん)	10倍粥 かれのいのどろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(だいこん・にんじん)
	午後	レモンケーキ 牛乳	ホットケーキ スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
25日	昼食	軟飯 高野豆腐の卵とじ(玉ねぎ・人参) おくらのおかか和え(人参・えのき) みそ汁(キャベツ・玉ねぎ・人参)	全粥 高野豆腐ののどろ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・キャベツ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・キャベツ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	10倍粥 豆腐ののどろ煮(かれのい・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・キャベツ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)
	午後	軟飯(人参) 牛乳	軟飯(人参) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥(人参) スープ(キャベツ・人参)	10倍粥(人参) スープ(キャベツ・人参)
26日	昼食	焼きそば(豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参) 鶏のから揚げ きゅうりの浅漬け ゆでとうもろこし 夏野菜スープ(ピーマン・キャベツ・ズッキーニ)	やわらか焼きそば(キャベツ・玉ねぎ・人参) 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(人参・きゅうり・だいこん) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(人参・きゅうり・だいこん) スープ(キャベツ・人参)	うどんののどろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(人参・きゅうり・だいこん) スープ(キャベツ・人参)
	午後	たこ焼き風ポテト 牛乳	じゃがいもの軟煮 スープ(人参・キャベツ)	じゃがいもの軟煮 スープ(人参・キャベツ)	じゃがいもの軟煮 スープ(人参・キャベツ)
27日	昼食	軟飯 豚肉と野菜の炒め物(玉ねぎ・じゃがいも・人参) きのこのスープ(えのき・しめじ・玉ねぎ)	全粥 豚ひき肉と野菜の炒め煮(玉ねぎ・じゃがいも・人参) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(玉ねぎ・人参) スープ(人参・玉ねぎ)	10倍粥 かれのいと野菜ののどろ煮(玉ねぎ・じゃがいも・人参) スープ(人参・玉ねぎ)
	午後	軟飯(人参) 牛乳	全粥(人参) スープ(玉ねぎ・じゃがいも)	7倍粥(人参) スープ(玉ねぎ・じゃがいも)	10倍粥(人参) スープ(玉ねぎ・じゃがいも)
29日	昼食	軟飯 ポークケチャップ(玉ねぎ・ピーマン) オクラときゅうりのサラダ(キャベツ・ツナ・コーン) わかめスープ(もやし・ねぎ)	全粥 豚ひき肉の炒め煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・ツナ) スープ(玉ねぎ・キャベツ)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・ツナ) スープ(玉ねぎ・キャベツ)	10倍粥 かれのいのどろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・ツナ) スープ(玉ねぎ・キャベツ)
	午後	軟飯(キャベツ) 牛乳	全粥(キャベツ) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥(キャベツ) スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥(キャベツ) スープ(玉ねぎ・人参)
30日	昼食	軟飯 かれのいパン粉焼き 野菜の軟煮(キャベツ・人参・ツナ) コンソメスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	全粥 かれのいパン粉焼き 野菜の軟煮(キャベツ・人参・ツナ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	7倍粥 かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・人参・ツナ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	10倍粥 かれのいのどろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・人参・ツナ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)
	午後	トースト(しらすチーズ) 牛乳	トースト(しらすチーズ) スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
31日	昼食	軟飯 鶏つくね(玉ねぎ・人参) 凍豆腐の煮物(人参・あげ・いんげん) みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ・人参)	全粥 鶏つくね(玉ねぎ・人参) 凍豆腐の煮物(人参・玉ねぎ) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉ののどろ煮(玉ねぎ・人参) 豆腐の煮物(人参・玉ねぎ) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参)	10倍粥 かれのいのどろ煮(玉ねぎ・人参) 豆腐の煮物(人参・玉ねぎ) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参)
	午後	マカロニきな粉 牛乳	マカロニやわらか煮(きなこ) スープ(玉ねぎ・人参)	マカロニやわらか煮(きなこ) スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)

※野菜スティックが毎日つきます

※中期食の鶏ひき肉は鶏ささみのひき肉です。