



2025年07月 離乳食献立表



		完了食	後期食	中期食
1日	昼食	御飯 鶏肉のさっぱり煮(大根・人参) 春雨サラダ(春雨・きゅうり・人参・もやし) すまし汁(豆腐・小松菜・玉ねぎ)	軟飯 鶏肉の軟煮(大根・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(豆腐・小松菜・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮(大根・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(豆腐・小松菜・玉ねぎ)
	午後	バタークッキー 牛乳	ホットケーキ スープ(人参・小松菜)	パン粥 スープ(人参・小松菜)
2日	昼食	御飯 たららの甘酢あんかけ(人参・玉ねぎ) ちくわのゴマ炒め(もやし・人参・小松菜) みそ汁(豆腐・大根・ねぎ・油揚げ)	軟飯 たららの軟煮(人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(人参・小松菜・玉ねぎ) スープ(豆腐・大根)	7倍粥 かれいのとろとろ煮(人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(人参・小松菜・玉ねぎ) スープ(豆腐・大根)
	午後	手作りパン(シュガー) 牛乳	手作りパン(シュガー) スープ(人参・大根)	パン粥 スープ(人参・大根)
3日	昼食	御飯 厚揚げと豚肉の煮物(玉ねぎ) 大根とじゃこのサラダ(人参) みそ汁(玉ねぎ・チンゲン菜・わかめ)	軟飯 豆腐と豚ひき肉の煮物(玉ねぎ) 大根と野菜の軟煮(しらす・人参) スープ(玉ねぎ・チンゲン菜)	7倍粥 豆腐と鶏ひき肉の煮物(玉ねぎ) 大根と野菜の軟煮(しらす・人参) スープ(玉ねぎ・チンゲン菜)
	午後	きな粉トースト 牛乳	きな粉トースト スープ(人参・玉ねぎ)	きな粉パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
4日	昼食	御飯 豆腐ハンバーグ(豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・ひじき) ねばねばサラダ(キャベツ・おくら・きゅうり・コーン・ツナ) みそ汁(小松菜・えのき・ねぎ)	軟飯 豆腐ハンバーグ(豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ) ツナと野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(小松菜・人参)	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮(豆腐・玉ねぎ) ツナと野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(小松菜・人参)
	午後	おにぎり(塩昆布とおかか) 牛乳	軟飯 スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 スープ(玉ねぎ・人参)
5日	昼食	スタミナ丼(豚肉・人参・もやし・にら) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・ほうれん草・人参) バナナ	軟飯 豚ひき肉の軟煮(人参) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・ほうれん草・人参) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮(人参) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・ほうれん草・人参) バナナ
	午後	おにぎり(鮭) 牛乳	軟飯 スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 スープ(玉ねぎ・人参)
7日	昼食	七夕そうめん(人参・おくら) かき揚げ(玉ねぎ・人参・ちくわ・コーン) さつま芋の天ぷら	やわらかそうめん(人参) かれいの軟煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(人参・さつま芋・ほうれん草) スープ(人参・玉ねぎ)	やわらかそうめん(人参) かれいの軟煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(人参・さつま芋・ほうれん草) スープ(人参・玉ねぎ)
	午後	七夕ゼリー(カルピス・オレンジ果汁) お星さまクッキー 牛乳	トースト スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
8日	昼食	中華丼(豚肉・白菜・人参・玉ねぎ・たけのこ・かまぼこ) ささみの中華サラダ(鶏ささみ・キャベツ・きゅうり) 野菜スープ(人参・小松菜) すいか	軟飯 豚ひき肉と野菜の軟煮(白菜・人参・玉ねぎ) ささみと野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・ほうれん草) スープ(人参・小松菜)・すいか	7倍粥 鶏ひき肉と野菜の軟煮(白菜・人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・ほうれん草) スープ(人参・小松菜)・すいか
	午後	おにぎり(じゃこチーズ) 牛乳	軟飯 スープ(人参・白菜)	7倍粥 スープ(人参・白菜)
9日	昼食	御飯 豚肉のスタミナ焼き(豚肉・玉ねぎ・人参・にら) キャベツの和風サラダ(きゅうり・人参) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・人参)	軟飯 豚ひき肉と野菜の炒め煮(玉ねぎ・人参) キャベツと野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) キャベツと野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・人参)
	午後	蒸しパン(黒糖なし) 牛乳	蒸しパン(黒糖なし) スープ(キャベツ・玉ねぎ)	蒸しパン(黒糖なし) スープ(キャベツ・玉ねぎ)
10日	昼食	御飯 タンダーフィッシュ(たら) マカロニサラダ(きゅうり・人参・玉ねぎ) コンソメスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	軟飯 たららの照り焼き マカロニと野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 マカロニと野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)
	午後	パン粉クッキー 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)

		完了食	後期食	中期食
11日	昼食	御飯 マーボー豆腐(豆腐・豚ひき肉・赤ピーマン・玉ねぎ・ねぎ) ナムル(もやし・人参・きゅうり) 中華スープ(春雨・人参・玉ねぎ・しいたけ・チンゲン菜)	軟飯 豚ひき肉と豆腐の炒め煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(人参・きゅうり・ほうれん草) スープ(人参・玉ねぎ・チンゲン)	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐の炒め煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(人参・きゅうり・ほうれん草) スープ(人参・玉ねぎ・チンゲン)
	午後	チーズちぢみ(豚ひき肉・ニラ・人参・玉ねぎ) 牛乳	おやき(人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・チンゲン菜)	パン粥 スープ(玉ねぎ・チンゲン菜)
12日	昼食	ミートスパゲッティ(スパゲッティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・トマト) スープ(おくら・玉ねぎ・人参・コーン) バナナ	やわらかスパゲッティ(豚ひき肉・玉ねぎ・人参・トマト) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	やわらか煮込みスパゲッティ(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・トマト) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	おにぎり(わかめ) 牛乳	軟飯 スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 スープ(人参・玉ねぎ)
14日	昼食	御飯 鶏肉のレモン焼き キャベツの胡麻和え(人参・ちくわ) みそ汁(小松菜・油揚げ・しめじ)	軟飯 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(小松菜・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(小松菜・人参)
	午後	焼きそば(焼きそばめん・豚もも肉・キャベツ・人参・ピーマン) 牛乳	やわらか焼きそば(焼きそばめん・キャベツ・人参) スープ(小松菜・人参)	やわらかうどん(うどん・キャベツ・人参) スープ(小松菜・人参)
15日	昼食	御飯 鮭のみそマヨ焼き ひじきの煮物(大根・ひじき・人参・油揚げ・さやえんどう) すまし汁(じゃがいも・えのき・ねぎ)	軟飯 鮭の照り焼き 野菜の軟煮(大根・人参・ほうれん草) スープ(じゃがいも・玉ねぎ)	7倍粥 鮭のとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・人参・ほうれん草) スープ(じゃがいも・玉ねぎ)
	午後	焼きびん(人参・チーズ・あおのり) 牛乳	軟飯 スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 スープ(人参・玉ねぎ)
16日	昼食	御飯 松風焼き(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) はるさめサラダ(もやし・きゅうり・人参) みそ汁(キャベツ・チンゲン菜・わかめ)	軟飯 つくね焼き(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(キャベツ・チンゲン菜)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(キャベツ・チンゲン菜)
	午後	レモンケーキ 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)
17日	昼食	御飯 鶏つくねのあんかけ(鶏ひき肉・ひじき・玉ねぎ・人参) オクラのツナ和え(キャベツ・人参) みそ汁(なめこ・豆腐・ねぎ)	軟飯 鶏つくねのあんかけ(鶏ひき肉・ひじき・玉ねぎ・人参) ツナと野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(豆腐・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉のくたくた煮(玉ねぎ・人参) ツナと野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(豆腐・玉ねぎ)
	午後	おにぎり(わかめ) 牛乳	軟飯 スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 スープ(キャベツ・人参)
18日	昼食	北本トマトカレー(豚ひき肉・玉ねぎ・人参・トマト) グリルチキン(鶏肉) ポテトサラダ(じゃがいも・人参・きゅうり・コーン) バナナ	軟飯 鶏肉の軟煮(玉ねぎ・人参・トマト) 野菜の軟煮(じゃがいも・人参・きゅうり) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮(玉ねぎ・人参・トマト) 野菜の軟煮(じゃがいも・人参・きゅうり) バナナ
	午後	牛乳もち 麦茶	トースト スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
19日	昼食	焼肉丼(御飯・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン) みそ汁(なす・玉ねぎ・油揚げ) バナナ	軟飯 豚ひき肉と野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(なす・玉ねぎ) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(なす・玉ねぎ) バナナ
	午後	おにぎり(菜飯) 牛乳	軟飯 スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 スープ(キャベツ・人参)
22日	昼食	御飯 高野豆腐の卵とじ(鶏ひき肉・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)	軟飯 鶏ひき肉と豆腐のとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・じゃが芋・玉ねぎ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐のとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・じゃが芋・玉ねぎ) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)
	午後	たぬきおにぎり(天かす抜き) 牛乳	軟飯 スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 スープ(キャベツ・人参)

		完了食	後期食	中期食
23日	昼食	ブルコギ丼(御飯・豚肉・玉ねぎ・人参・ニラ) ひじきの彩りサラダ(大根・人参・ひじき・枝豆・ごぼう・コーン) バナナ	軟飯 豚ひき肉の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参・じゃが芋) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・人参・じゃが芋) バナナ
	午後	大学芋 牛乳	さつま芋の軟煮 スープ(大根・人参)	さつま芋の軟煮 スープ(大根・人参)
24日	昼食	御飯 さばのカレー焼き スタミナ納豆(鶏ひき肉・納豆・ニラ) せん野菜サラダ(きゅうり・大根・人参) みそ汁(小松菜・油あげ・玉ねぎ)	軟飯 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ)
	午後	シュガートースト 牛乳	トースト スープ(大根・人参)	パン粥 スープ(大根・人参)
25日	昼食	焼きそば(焼きそば麺・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・ズッキーナ・人参・玉ねぎ・赤ピーマン)	やわらか焼きそば(焼きそば麺・豚ひき肉・キャベツ・玉ねぎ・人参) 鶏の照り焼き 野菜の軟煮(きゅうり・大根・玉ねぎ) スープ(キャベツ・人参・玉ねぎ)	やわらか煮込みうどん(うどん・鶏ひき肉・キャベツ・玉ねぎ・人参) 鶏の照り焼き 野菜の軟煮(きゅうり・大根・玉ねぎ) スープ(キャベツ・人参・玉ねぎ)
	午後	ビール風ゼリー ポップコーン ヤクルト	トースト スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
26日	昼食	ハヤシライス(御飯・豚肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・マッシュルーム) きのこのスープ(えのき・しめじ・玉ねぎ・人参・さやえんどう)	軟飯 豚ひき肉の軟煮(玉ねぎ・じゃが芋・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮(玉ねぎ・じゃが芋・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	おにぎり(塩昆布・おかか) 牛乳	軟飯 スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 スープ(玉ねぎ・人参)
28日	昼食	御飯 ポークケチャップ(豚肉・玉ねぎ・ピーマン) おくらときゅうりのサラダ(キャベツ・ツナ・コーン) わかめスープ(わかめ・もやし・ねぎ)	軟飯 豚ひき肉の軟煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・ツナ・きゅうり・ほうれん草) スープ(大根・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・ツナ・きゅうり・ほうれん草) スープ(大根・玉ねぎ)
	午後	五平餅 牛乳	軟飯 スープ(大根・人参)	7倍粥 スープ(大根・人参)
29日	昼食	御飯 かれいのパン粉焼き ゴーヤのごまサラダ(キャベツ・人参・ちくわ・ツナ) スープ(キャベツ・人参・玉ねぎ・えのき)	軟飯 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・人参・ツナ) スープ(キャベツ・人参・玉ねぎ)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・人参・ツナ) スープ(キャベツ・人参・玉ねぎ)
	午後	さつま芋スコーン 牛乳	さつま芋の軟煮 スープ(キャベツ・人参)	さつま芋の軟煮 スープ(キャベツ・人参)
30日	昼食	御飯 なめたけつくね(鶏ひき肉・なめたけ・玉ねぎ・人参) 凍り豆腐の煮物(人参・油揚げ・いんげん) みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ・人参)	軟飯 つくね焼き(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・玉ねぎ・ほうれん草) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(人参・玉ねぎ・ほうれん草) スープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参)
	午後	マカロニきな粉 牛乳	マカロニの軟煮(人参) スープ(人参・玉ねぎ)	マカロニの軟煮(人参) スープ(人参・玉ねぎ)
31日	昼食	肉みそラーメン(中華麺・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・干しいたけ) 五目卵焼き(卵・玉ねぎ・人参・たけのこ・干しいたけ・豆腐) バナナ	やわらかラーメン(中華麺・豚ひき肉・玉ねぎ・人参) 卵焼き(卵・玉ねぎ・人参・豆腐) バナナ	やわらかうどん(うどん・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) かれいのとろとろ煮(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	キャロットチーズケーキ(人参・チーズ) 牛乳	ホットケーキ 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、後期食の豚ひき肉は赤身を使用しています。
 ※離乳食チェック表をご確認いただき、御家庭で食べていない食材は食べずめる様にお願いします。
 ※完了食に移行する場合には、献立表を確認し、食べていないものは食べるようにお願いします。
 ※おやつは1食にはなりませんので中期食の場合は朝、または夕食は御家庭で。
 後期食・完了食は朝・夕食は御家庭で食べて下さい。