

2023年 7月 離乳食献立表

両野こども園

曜日	日	5・6ヶ月(初期)	7・8か月(中期)	9~11か月(後期)	12~18か月(完了期)	完了期おやつ
		ゴックン期 ドロドロ状	モグモグ期 舌でつぶせる固さ	カミカミ期 歯ぐきでつぶせる固さ	パクパク期 歯ぐきで噛める固さ	10時・3時
月	10 24	かぼちゃペースト つぶしがゆ	人参スティック とりとなすのもの かぼちゃのサラダ にんじんのスープ・おかゆ	人参スティック とりとなすのもの かぼちゃのサラダ にんじんのスープ・なんめし	しょくばん なすとかぼちゃのグラタン コーンサラダ モロヘイヤスープ	ほうじちゃ せんべい むぎちゃ わかめおにぎり
火	11 25	ほうれん草ペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック とうふのみそに ほうれんそうおかかあえ すまし汁・おかゆ	きゅうりスティック とうふのみそに ほうれんそうおかかあえ すまし汁・なんめし	米 とうふのみそに ほうれんそうおかかあえ むぎちゃ	牛乳 サブレ ゼリー カルシウムせん
水	12 26	かぼちゃペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック 五目しらすそうめん かぼちゃのもの きなこヨーグルト	きゅうりスティック 五目しらすそうめん かぼちゃのごまあえ きなこヨーグルト	ジャージャーめん かぼちゃのごまあえ ほうじちゃ	むぎちゃ 赤ちゃんせんべい 牛乳 じゃこトースト
木	13 27	じゃが芋ペースト つぶしがゆ	にんじんスティック さかなのソテー じゃが芋のもの すまし汁・おかゆ	にんじんスティック さかなのソテー じゃが芋のもの とうふすまし汁・軟飯	米 さかなのソテー きりぼしだいこんづけ とうふのみそしる	ヨーグルト 牛乳 赤ちゃんせんべい
金	14 28	にんじん・たまねぎ煮 つぶしがゆ	じゃが芋スティック とりすきどん こまつなのあえもの たまねぎみそしる	じゃが芋スティック とりすきどん こまつなのあえもの たまねぎみそしる	とりすきどん こまつなサラダ きになるやさい スティックきゅうり	かじゅう ラムネ スキムミルク とうもろこし
土	15 29	じゃが芋マッシュ つぶしがゆ	きゅうりスティック きゃべつうどん ポテトサラダ	きゅうりスティック きゃべつうどん ポテトサラダ	くろばん きゃべつのスパゲティ ポテトサラダ ぎゅうにゅう	かじゅう せんべい ゼリー せんべい
月	3 31	さつまいもペースト つぶしがゆ	さつまいもコロコロ とまとあんかけご飯 さつまいもにもの ブロッコリースープ	さつまいもコロコロ とまとあんかけご飯 さつまいもにもの ブロッコリースープ	タコライス ブロッコリーのスープ ブルー	むぎちゃ せんべい 牛乳 みるくクッキー
火	4 18	だいこんペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック さけのまぜごはん だいこんのもの とうふみそしる	きゅうりスティック さけのまぜごはん だいこんのもの とうふみそしる	さけのまぜすし とんじる オレンジ	むぎちゃ 赤ちゃんせんべい ヨーグルト ヨーチ
水	5 19	キャベツペースト つぶしがゆ	にんじんスティック とりとマカロニのトマト煮 キャベツサラダ とうふスープ・おかゆ	にんじんスティック とりとマカロニのトマト煮 キャベツサラダ とうふスープ・軟飯	しょくばん とりにくのとまとに きゃべつマリネ ぎゅうにゅう	ゼリー すいか ポリコーン
木	6 20	じゃがいもペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック にくじゃが キャベツソテー すまし汁・おかゆ	きゅうりスティック にくじゃが キャベツソテー すまし汁・おかゆ	米 とりにくのねぎしおやき きゃべつソテー きゅうりのうめあえ	ヨーグルト かじゅう せんべい
金	7 21	ほうれん草ペースト つぶしがゆ	にんじんスティック ささみとオクラのトロトロ煮 ほうれん草しらす和え すまし汁・おかゆ	にんじんスティック ささみとオクラ煮 ほうれん草しらす和え すまし汁・おかゆ	そうめん むしささみ カルシウムサラダ	ほうじちゃ せんべい ゼリー ビスケット
土	8 22	さつまいもペースト つぶしがゆ	じゃが芋スティック なっとううどん さつまいもの煮物 きゅうりスティック	じゃが芋スティック なっとううどん さつまいもの煮物 きゅうりスティック	バターロール レタスサラダ オニオンスープ	ぎゅうにゅう 赤ちゃんせんべい かじゅう せんべい

*献立は都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

【はちみつを与えるのは1歳を過ぎてから】

- * 1歳未満の赤ちゃんがはちみつを食べることによって乳児ボツリヌス症にかかることがあります。
- * はちみつは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- * ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

1歳未満の赤ちゃんにはちみつやはちみつ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。

