



7月の離乳食献立表



ときのはこども園

* 「自然食お菓子」とは、国産の原材料を使用し、添加物不使用のお菓子のことです。
* 仕入れにより、一部内容を変更する場合があります。

日付	5~6か月		7~8か月		9~11か月	
	献立	材料	献立	材料	献立	材料
7/1 (月)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	赤魚と人参の煮物	赤魚、人参、大根、だし	赤魚と人参の煮物	赤魚、人参、大根、だし、片栗粉	赤魚と人参の煮物	赤魚、人参、大根、だし
7/2 (火)	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし	じゃが芋のスープ	じゃが芋、玉葱、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
7/3 (水)	玉葱と人参の煮物	玉葱、人参、だし	鶏肉と玉葱の煮物	ささみ、玉葱、人参、だし、片栗粉	鶏肉と玉葱の煮物	ささみ、玉葱、人参、だし
	キャベツのスープ	キャベツ、小松菜、だし	キャベツのスープ	キャベツ、小松菜、だし	キャベツのスープ	キャベツ、小松菜、だし
7/4 (木)	しらす粥	米、しらす	しらす粥	米、しらす	しらす粥	米、しらす
	じゃが芋ときゅうりの煮物	じゃが芋、きゅうり、だし	じゃが芋ときゅうりの煮物	じゃが芋、きゅうり、だし	じゃが芋ときゅうりの煮物	じゃが芋、きゅうり、だし
7/5 (金)	ポパイスープ	ほうれん草、人参、だし	ポパイスープ	ほうれん草、人参、だし	ポパイスープ	ほうれん草、人参、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
7/6 (土)	小松菜となすの煮物	小松菜、なす、だし	鶏肉と小松菜の煮物	ささみ、小松菜、なす、だし、片栗粉	鶏肉と小松菜の煮物	ささみ、小松菜、なす、だし
	ほうれん草のスープ	ほうれん草、玉葱、だし	ほうれん草のスープ	ほうれん草、玉葱、だし	ほうれん草のスープ	ほうれん草、玉葱、だし
7/7 (日)	七塔そうめん	七塔そうめん	七塔そうめん	そうめん、人参、チンゲン菜、だし	七塔そうめん	そうめん、人参、チンゲン菜、だし
	カレーとさつま芋の煮物	カレー、さつま芋、玉葱、だし	カレーとさつま芋の煮物	カレー、さつま芋、玉葱、だし、片栗粉	カレーとさつま芋の煮物	カレー、さつま芋、玉葱、だし
7/8 (月)	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、人参、だし	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、人参、だし	チンゲン菜のスープ	チンゲン菜、人参、だし
	おかゆ	米	パン粥	食パン	パン粥	食パン
7/9 (火)	じゃが芋と大根のスープ	じゃが芋、大根、ほうれん草、だし	鶏肉とじゃが芋のスープ	ささみ、じゃが芋、大根、ほうれん草、だし	鶏肉とじゃが芋のスープ	ささみ、じゃが芋、大根、ほうれん草、だし
	フルーツ	バナナ	フルーツ	バナナ	フルーツ	バナナ
7/10 (水)	カレーと南瓜の煮物	カレー、南瓜、大根、だし	カレーと南瓜の煮物	カレー、南瓜、大根、だし、片栗粉	カレーと南瓜の煮物	カレー、南瓜、大根、だし
	人参のスープ	人参、玉葱、だし	人参のスープ	人参、玉葱、だし	人参のスープ	人参、玉葱、だし
7/11 (木)	プロッコリーと玉葱の煮物	プロッコリー、玉葱、だし	プロッコリーと玉葱の煮物	プロッコリー、玉葱、だし	プロッコリーと玉葱の煮物	プロッコリー、玉葱、だし
	高野豆腐のスープ	高野豆腐、キャベツ、大根、だし	高野豆腐のスープ	高野豆腐、キャベツ、大根、だし	高野豆腐のスープ	高野豆腐、キャベツ、大根、だし
7/12 (金)	高野豆腐のスープ	高野豆腐、キャベツ、大根、だし	高野豆腐のスープ	高野豆腐、キャベツ、大根、だし	高野豆腐のスープ	高野豆腐、キャベツ、大根、だし
	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
7/13 (土)	大根とじゃが芋の煮物	大根、じゃが芋、だし	鶏肉と大根の煮物	ささみミンチ、大根、じゃが芋、だし、片栗粉	鶏肉と大根の煮物	ささみミンチ、大根、じゃが芋、だし
	きゅうりのスープ	きゅうり、人参、だし	きゅうりのスープ	きゅうり、人参、だし	きゅうりのスープ	きゅうり、人参、だし
7/14 (日)	人参とほうれん草の煮物	人参、ほうれん草、だし	鮭と人参の煮物	鮭、人参、ほうれん草、だし、片栗粉	鮭と人参の煮物	鮭、人参、ほうれん草、だし
	キャベツと玉葱のスープ	キャベツ、玉葱、だし	キャベツと玉葱のスープ	キャベツ、玉葱、だし	キャベツと玉葱のスープ	キャベツ、玉葱、だし
7/15 (月)	豆腐と人参の煮物	豆腐、人参、チンゲン菜、だし	豆腐と人参の煮物	豆腐、人参、チンゲン菜、だし	豆腐と人参の煮物	豆腐、人参、チンゲン菜、だし
	玉葱ときゅうりのスープ	玉葱、きゅうり、だし	玉葱ときゅうりのスープ	玉葱、きゅうり、だし	玉葱ときゅうりのスープ	玉葱、きゅうり、だし
7/16 (火)	じゃが芋と玉葱の煮物	じゃが芋、玉葱、だし	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみ、じゃが芋、玉葱、だし、片栗粉	鶏肉とじゃが芋の煮物	ささみ、じゃが芋、玉葱、だし
	トマトスープ	トマト、プロッコリー、だし	トマトスープ	トマト、プロッコリー、だし	トマトスープ	トマト、プロッコリー、だし
7/17 (水)	大豆とさつま芋の煮物	大豆、さつま芋、玉葱、だし	大豆とさつま芋の煮物	大豆、さつま芋、玉葱、だし	大豆とさつま芋の煮物	大豆、さつま芋、玉葱、だし
	なすと人参のスープ	なす、人参、だし	なすと人参のスープ	なす、人参、だし	なすと人参のスープ	なす、人参、だし
7/18 (木)	人参と大根の煮物	人参、大根、だし	鶏肉と人参の煮物	ささみミンチ、人参、大根、だし、片栗粉	豚肉と人参の煮物	豚ミンチ、人参、大根、だし
	小松菜のスープ	小松菜、キャベツ、だし	小松菜のスープ	小松菜、キャベツ、だし	小松菜のスープ	小松菜、キャベツ、だし
7/19 (金)	小松菜のスープ	小松菜、キャベツ、だし	小松菜のスープ	小松菜、キャベツ、だし	小松菜のスープ	小松菜、キャベツ、だし
	小松菜のスープ	小松菜、キャベツ、だし	小松菜のスープ	小松菜、キャベツ、だし	小松菜のスープ	小松菜、キャベツ、だし

- ・20日はお弁当日です。ベビーフードの持参をお願いします。
- ・9~11か月食は午前おやつで自然食お菓子を提供しています。(月水金：紫芋チップ、火木土：赤ちゃんせんべい)
- ・5~6か月、7~8か月、9~11か月は こんぶだし、かつおだし を使用しています。
- ・9~11か月のおやつで提供するパンケーキ類には、ベーキングパウダー(アルミフリー)を、使用しています。
- ・お子様の喫食状況に合わせて、肉や魚などに片栗粉でとろみをつけて提供します。
- ・☆は、おやつです。



7月の離乳食献立表



ときのはこども園

* 「自然食お菓子」とは、国産の原材料を使用し、添加物不使用のお菓子のことです。
* 仕入れにより、一部内容を変更する場合があります。

日付	5～6か月		7～8か月		9～11か月	
	献立	材 料	献立	材 料	献立	材 料
7/18 (木)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	しらすと玉葱の煮物	しらす、玉葱 ブロッコリー、だし	しらすと玉葱の煮物	しらす、玉葱 ブロッコリー、だし、片栗粉	しらすと玉葱の煮物	しらす、玉葱 ブロッコリー、だし
	小松菜となすのスープ	小松菜、なす、だし	小松菜となすのスープ	小松菜、なす、だし	小松菜となすのスープ ☆さつま芋スティック	小松菜、なす、だし さつま芋
7/19 (金)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	チンゲン菜と人参の煮物	チンゲン菜、人参、だし	鶏肉とチンゲン菜の煮物	ささみ、チンゲン菜 人参、だし、片栗粉	鶏肉とチンゲン菜の煮物	ささみ、チンゲン菜 人参、だし
	ほうれん草と大根のスープ	ほうれん草、大根、だし	ほうれん草と大根のスープ	ほうれん草、大根、だし	ほうれん草と大根のスープ ☆プレーン蒸しパン	ほうれん草、大根、だし 小麦粉、砂糖、油
7/20 (土)	お弁当日					
	おかゆ	米	おかゆ	米	★自然食お菓子 おかゆ	自然食お菓子 米
7/22 (月)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	カレイと玉葱の煮物	カレイ、玉葱、南瓜、だし	カレイと玉葱の煮物	カレイ、玉葱 南瓜、だし、片栗粉	カレイと玉葱の煮物	カレイ、玉葱、南瓜、だし
	キャロットスープ	人参、大根、だし	キャロットスープ	人参、大根、だし	キャロットスープ ☆りんご寒天	人参、大根、だし りんご、寒天、砂糖
7/23 (火)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	さつま芋と小松菜の煮物	さつま芋、小松菜、だし	鶏肉とさつま芋の煮物	ささみ、さつま芋 小松菜、だし、片栗粉	鶏肉とさつま芋の煮物	ささみ、さつま芋 小松菜、だし
	人参とキャベツのスープ	人参、キャベツ、だし	人参とキャベツのスープ	人参、キャベツ、だし	人参とキャベツのスープ ☆わかめ粥	人参、キャベツ、だし 米、わかめ、人参
7/24 (水)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	豆腐とチンゲン菜の煮物	豆腐、チンゲン菜 人参、だし	豆腐とチンゲン菜の煮物	豆腐、チンゲン菜 人参、だし	豆腐とチンゲン菜の煮物	豆腐、チンゲン菜 人参、だし
	キャベツと大根のスープ	キャベツ、大根、だし	キャベツと大根のスープ	キャベツ、大根、だし	キャベツと大根のスープ ☆パンケーキ	キャベツ、大根、だし 小麦粉、砂糖、油
7/25 (木)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	カレイとじゃが芋の煮物	カレイ、じゃが芋 小松菜、だし	カレイとじゃが芋の煮物	カレイ、じゃが芋 小松菜、だし、片栗粉	カレイとじゃが芋の煮物	カレイ、じゃが芋 小松菜、だし
	オニオンスープ	玉葱、ほうれん草、だし	オニオンスープ	玉葱、ほうれん草、だし	オニオンスープ ☆野菜うどん	玉葱、ほうれん草、だし うどん、キャベツ、人参、だし
7/26 (金)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	キャベツと人参の煮物	キャベツ、人参、だし	鶏肉とキャベツの煮物	ささみミンチ、キャベツ 人参、だし、片栗粉	牛肉とキャベツの煮物	牛ミンチ、キャベツ 人参、だし
	玉葱とトマトのスープ	玉葱、トマト、だし	玉葱とトマトのスープ	玉葱、トマト、だし	玉葱とトマトのスープ ☆きな粉パン	玉葱、トマト、だし 食パン、きな粉
7/27 (土)	おかゆ	米	パン粥	食パン	パン粥	食パン
	ほうれん草と大根の煮物	ほうれん草、大根、だし	鶏肉とほうれん草の煮物	ささみ、ほうれん草 大根、だし、片栗粉	鶏肉とほうれん草の煮物	ささみ、ほうれん草 大根、だし
	人参と玉葱のスープ	人参、玉葱、だし	人参と玉葱のスープ	人参、玉葱、だし	人参と玉葱のスープ ☆コーンフレーク	人参、玉葱、だし コーンフレーク
7/29 (月)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	赤魚ときゅうりの煮物	赤魚、きゅうり、人参、だし	赤魚ときゅうりの煮物	赤魚、きゅうり 人参、だし、片栗粉	赤魚ときゅうりの煮物	赤魚、きゅうり、人参、だし
	根菜スープ	大根、玉葱、だし	根菜スープ	大根、玉葱、だし	根菜スープ ☆フルーツ	大根、玉葱、だし バナナ
7/30 (火)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	しらすと白菜の煮物	しらす、白菜、人参、だし	しらすと白菜の煮物	しらす、白菜、人参 だし、片栗粉	しらすと白菜の煮物	しらす、白菜、人参、だし
	玉葱のスープ	玉葱、ほうれん草、だし	玉葱のスープ	玉葱、ほうれん草、だし	玉葱のスープ ☆バイクドさつま芋	玉葱、ほうれん草、だし さつま芋
7/31 (水)	おかゆ	米	おかゆ	米	おかゆ	米
	じゃが芋とトマトの煮物	じゃが芋、トマト、だし	大豆とじゃが芋の煮物	大豆、じゃが芋 トマト、だし	大豆とじゃが芋の煮物	大豆、じゃが芋 トマト、だし
	ブロッコリーのスープ	ブロッコリー、人参、だし	ブロッコリーのスープ	ブロッコリー、人参、だし	ブロッコリーのスープ ☆野菜粥	ブロッコリー、人参、だし 米、玉葱、人参

- 20日はお弁当日です。ベビーフードの持参をお願いします。
- 9～11か月食は午前おやつで自然食お菓子を提供しています。(月水金：紫芋チップ、火木土：赤ちゃんせんべい)
- 5～6か月、7～8か月、9～11か月は こんぶだし、かつおだし を使用しています。
- 9～11か月のおやつで提供するパンケーキ類には、ベーキングパウダー(アルミフリー)を、使用しています。
- お子様の喫食状況に合わせて、肉や魚などに片栗粉でとろみをつけて提供します。
- ☆は、おやつです。