

# 5月 離乳食 7~8ヶ月頃献立表 (中期)

2025年  
蒔田ひまわり保育園

日	曜日	昼食	ざいりょう				おやつ	ざいりょう
			赤♡血・肉になる	緑♡からだの調子を整える	黄♡力や体温となる	その他		
1	19	木・月 おかゆ 野菜スープ タラとブロッコリーの煮物 ほうれん草の煮物 オレンジ	たら	ブロッコリー ほうれん草 オレンジ	米	かつおだし汁	おかか粥	米 かつお節
	20	火 パン粥 野菜スープ ささみとじゃがもの煮物 たまねぎの煮物 バナナ	鶏ささみひき肉	玉ねぎ バナナ	食パン じゃが芋	かつおだし汁	小松菜粥	米 小松菜
7	21	水 おかゆ 野菜スープ カレーと人参の煮物 大根の煮物 オレンジ	かれい	人参 大根 オレンジ	米	かつおだし汁	人参粥	米 人参
8	22	木 おかゆ 野菜スープ 豚肉とキャベツの煮物 じゃがいもの煮物 バナナ	豚ひき肉	キャベツ バナナ	米 じゃが芋	かつおだし汁	たまねぎ粥	米 玉ねぎ
9	23	金 おかゆ 野菜スープ 豚肉とたまねぎの煮物 人参の煮物 煮りんご	豚ひき肉	玉ねぎ 人参 りんご	米	かつおだし汁	じゃがいも粥	米 じゃが芋
10	24	土 おかゆ 野菜スープ 豆腐と人参の煮物 小松菜の煮物 バナナ	豆腐	人参 小松菜 バナナ	米	かつおだし汁	だし粥	米 かつおだし汁
12	26	月 おかゆ 野菜スープ しらすと人参の煮物 白菜の煮物 オレンジ	しらす	人参 白菜 オレンジ	米	かつおだし汁	たまねぎ粥	米 玉ねぎ
13	27	火 おかゆ 野菜スープ ささみとキャベツの煮物 小松菜の煮物 バナナ	鶏ささみひき肉	キャベツ 小松菜 バナナ	米	かつおだし汁	さつまいも粥	米 さつまいも
14	28	水 おかゆ 野菜スープ 豚肉とほうれん草の煮物 たまねぎの煮物 煮りんご	豚ひき肉	ほうれん草 玉ねぎ りんご	米	かつおだし汁	きなこ粥	米 きな粉
15	29	木 おかゆ 野菜スープ 豚肉と大根の煮物 南瓜の煮物 オレンジ	豚ひき肉	大根 南瓜 オレンジ	米	かつおだし汁	しらす粥	米 しらす
16	30	金 おかゆ 野菜スープ 鶏肉と人参の煮物 たまねぎの煮物 バナナ	鶏ひき肉	人参 玉ねぎ バナナ	米	かつおだし汁	きなこ粥	米 きな粉
17	31	土 おかゆ 野菜スープ 鶏肉と小松菜の煮物 じゃがいもの煮物 オレンジ	鶏ひき肉	小松菜 オレンジ	米 じゃが芋	かつおだし汁	大根粥	米 大根
	2	金 おかゆ 野菜スープ 豚肉とたまねぎの煮物 キャベツの煮物 バナナ	豚ひき肉	玉ねぎ キャベツ バナナ	米	かつおだし汁	小松菜粥	米 小松菜

※野菜スープに含まれる野菜は、人参、たまねぎ、キャベツ、白菜、大根、かぼちゃ、さつまいも、青菜の中から日替わりで使用しています。  
※献立は食材の都合により変更する場合がございます。