

7月 離乳食献立表

栄養士 横山里実

日付	7月	中期(超刻み)	後期(粗刻み)	日付	中期(超刻み)	後期(粗刻み)
1日 (月)	昼	粥 魚、玉葱の煮物 キャベツのスープ	粥 魚、玉葱の煮物 キャベツのスープ	16日 (火)	粥 鶏肉、玉葱、人参、かぼちゃの煮物 ほうれん草のスープ	粥 鶏肉、玉葱、人参、かぼちゃの煮物 ほうれん草のスープ
2日 (火)	昼	粥 鶏肉、じゃがいも、大根、白菜の煮物 小松菜のスープ、バナナ	粥 鶏肉、じゃがいも、大根、白菜の煮物 小松菜のスープ、バナナ	17日 (水)	粥 豆腐、玉葱、人参、なすの煮物 小松菜のスープ	粥 豆腐、玉葱、人参、なすの煮物 小松菜のスープ
3日 (水)	昼	粥 豆腐、玉葱、人参の煮物 チンゲン菜のスープ	粥 豆腐、玉葱、人参の煮物 チンゲン菜のスープ	18日 (木)	粥 鶏肉、人参、玉葱の煮物 白菜のスープ	粥 鶏肉、人参、玉葱の煮物 白菜のスープ
4日 (木)	昼 食	粥 鶏肉、玉葱、ほうれん草の煮物 キャベツのスープ	粥 鶏肉、玉葱、ほうれん草の煮物 キャベツのスープ	19日 (金)	粥 鶏肉、玉葱、人参、小松菜の煮物 大根のスープ、バナナ	粥 鶏肉、玉葱、人参、小松菜の煮物 大根のスープ、バナナ
5日 (金)	昼	粥 鶏肉、人参の煮物 じゃがいものスープ	粥 鶏肉、人参の煮物 じゃがいものスープ	20日 (土)	粥 魚、玉葱、キャベツ、ほうれん草の煮物 白菜のスープ	粥 魚、玉葱、キャベツ、ほうれん草の煮物 白菜のスープ
6日 (土)	昼	粥 鶏肉、玉葱の煮物 大根のスープ	粥 鶏肉、玉葱の煮物 大根のスープ	22日 (月)	粥 鶏肉、玉葱、人参、小松菜の煮物 じゃがいものスープ	粥 鶏肉、玉葱、人参、小松菜の煮物 じゃがいものスープ
8日 (月)	昼	粥 鶏肉、玉葱、人参、小松菜の煮物 ほうれん草のスープ	粥 鶏肉、玉葱、人参、小松菜の煮物 ほうれん草のスープ	23日 (火)	粥 魚、玉葱、じゃがいもの煮物 ほうれん草のスープ	粥 魚、玉葱、じゃがいもの煮物 ほうれん草のスープ
9日 (火)	昼	粥 鶏肉、玉葱、人参の煮物 アスパラのスープ	粥 鶏肉、玉葱、人参の煮物 アスパラのスープ	24日 (水)	粥 鶏肉、玉葱の煮物 キャベツのスープ、バナナ	粥 鶏肉、玉葱の煮物 キャベツのスープ、バナナ
10日 (水)	昼	粥 鶏肉、人参の煮物 じゃがいものスープ、バナナ	粥 鶏肉、人参の煮物 じゃがいものスープ、バナナ	25日 (木)	粥 鶏肉、人参、大根の煮物 小松菜のスープ	粥 鶏肉、人参、大根の煮物 小松菜のスープ
11日 (木)	昼	弁当会		26日 (金)	粥 鶏肉、玉葱、人参の煮物 ブロッコリーのスープ	粥 鶏肉、玉葱、人参の煮物 ブロッコリーのスープ
12日 (金)	昼	粥 鶏肉、玉葱、なす、人参の煮物 ほうれん草のスープ	粥 鶏肉、玉葱、なす、人参の煮物 ほうれん草のスープ	27日 (土)	粥 鶏肉、人参、キャベツの煮物 白菜のスープ	粥 鶏肉、人参、キャベツの煮物 白菜のスープ
13日 (土)	昼	粥 鶏肉、玉葱、人参の煮物 じゃがいものスープ	粥 鶏肉、玉葱、人参の煮物 じゃがいものスープ	29日 (月)	粥 鶏肉、玉葱、人参の煮物 キャベツのスープ	粥 鶏肉、玉葱、人参の煮物 キャベツのスープ
15日 (月)	昼			30日 (火)	粥 豆腐、玉葱、人参、キャベツの煮物 ほうれん草のスープ	粥 豆腐、玉葱、人参、キャベツの煮物 ほうれん草のスープ
				31日 (水)	粥 鶏肉、玉葱、人参、ほうれん草の煮物 キャベツのスープ	粥 鶏肉、玉葱、人参、ほうれん草の煮物 キャベツのスープ