



2025年7月 すすきの保育園離乳予定献立



日	曜日	モグモグ(中期) (7~9ヶ月)		カミカミ(後期)9~11ヶ月頃			パクパク(完了期)12ヶ月~		
			午前おやつ	お昼	午後おやつ		午前おやつ	お昼	午後おやつ
1	火	7倍がゆ カレイと人参の煮物 小松菜ともしのお浸し なすの味噌汁	野菜スティック	全がゆ カレイと人参の煮物 小松菜ともしのお浸し なすの味噌汁	パンケーキ	麦茶 野菜スティック&チーズ	麦ご飯 鶏のから揚げ 納豆和え なすと玉ねぎの味噌汁	麦ご飯 鶏のから揚げ 納豆和え なすと玉ねぎの味噌汁	牛乳 カルシウムラスク
2	水	7倍がゆ 大根としらすの煮物 なすの煮物 玉ねぎの味噌汁	ひじきせんべい	全がゆ なすのそぼろ煮 大根としらすの煮物 玉ねぎの味噌汁	プレーンケーキ	麦茶 ブルー	ひき肉となすのカレーライス カニカマサラダ 飲むヨーグルト	ひき肉となすのカレーライス カニカマサラダ 飲むヨーグルト	牛乳 お誕生日ケーキ
3	木	パンがゆ 鶏とピーマンの煮物 じゃが芋と人参の煮物 キャベツの味噌汁	マンナウエハース	食パン 鶏とピーマンのケチャップ煮 じゃが芋と人参の煮物 キャベツの味噌汁	そぼろ雑炊	麦茶 畑のクラッカー	ロールパン チキンチャップ じゃが芋とコーンのサラダ キャベツと卵のスープ	ロールパン チキンチャップ じゃが芋とコーンのサラダ キャベツと卵のスープ	牛乳 肉味噌おにぎり
4	金	7倍がゆ 豆腐の人参あん 小松菜の煮浸し わかめの味噌汁	野菜スティック	全がゆ 豆腐の人参そぼろあん 小松菜の煮浸し わかめの味噌汁	煮込みうどん	麦茶 野菜スティック&チーズ	マーボ丼 磯香和え 厚揚げとわかめのすまし汁	マーボ丼 磯香和え 厚揚げとわかめのすまし汁	牛乳 焼きビーフン
5	土	7倍がゆ カレイと人参煮 小松菜と玉ねぎの煮物 もやしの味噌汁	小魚せんべい	全がゆ カレイと人参煮 小松菜と玉ねぎの煮物 もやしの味噌汁	マンナウエハース	麦茶 ミレービスケット	ねぎ塩豚丼 切干大根の煮付け 小松菜と玉ねぎの味噌汁	ねぎ塩豚丼 切干大根の煮付け 小松菜と玉ねぎの味噌汁	牛乳 今川焼き・せんべい
7	月	7倍がゆ 人参のそぼろ煮 きゅうりと玉ねぎのサラダ 麩の味噌汁	マンナビスケット	全がゆ 人参のそぼろ煮 きゅうりと玉ねぎのサラダ 麩の味噌汁	バナナ・せんべい	麦茶 クラッカー	七タそぼろ丼 ひじきとチーズサラダ そうめん汁	七タそぼろ丼 ひじきとチーズサラダ そうめん汁	牛乳 キラキラゼリー・せんべい
8	火	7倍がゆ 高野豆腐とブロッコリーの煮物 キャベツと人参のサラダ さつまいもの味噌汁	野菜スティック	全がゆ 高野豆腐とブロッコリーの煮物 キャベツと人参のサラダ さつまいもの味噌汁	チーズマフィン	麦茶 野菜スティック&チーズ	ご飯 はんぺんフライ キャベツとコーンのごま和え ウィンナーとブロッコリーのスープ	ご飯 はんぺんフライ キャベツとコーンのごま和え ウィンナーとブロッコリーのスープ	牛乳 もちもちチーズパン
9	水	7倍がゆ 鶏と大根の煮物 ブロッコリーと玉ねぎのサラダ かぼちゃのスープ	ハイハイ	全がゆ 鶏と大根の煮物 ブロッコリーと玉ねぎのサラダ かぼちゃのスープ	人参パンケーキ	麦茶 リッツ	ご飯 厚揚げのカレー風味炒め さつま芋のヨーグルトサラダ 大根と油揚げの味噌汁	ご飯 厚揚げのカレー風味炒め さつま芋のヨーグルトサラダ 大根と油揚げの味噌汁	牛乳 キャロットクッキー
10	木	7倍がゆ カレイの煮物 人参とピーマンのサラダ 豆腐の味噌汁	マンナウエハース	全がゆ カレイの煮物 人参とピーマンのサラダ 豆腐の味噌汁	マカロニきな粉	麦茶 ミレービスケット	ご飯 白身魚の西京焼き 五目きんぴら 豆腐と玉ねぎのすまし汁	ご飯 白身魚の西京焼き 五目きんぴら 豆腐と玉ねぎのすまし汁	牛乳 あんこパイ
11	金	7倍がゆ 高野豆腐と人参の煮物 大根ときゅうりのサラダ 小松菜の味噌汁	野菜スティック	全がゆ 高野豆腐と人参の煮物 大根ときゅうりのサラダ 小松菜の味噌汁	雑炊	麦茶 野菜スティック&チーズ	ご飯 がんもんのあんかけ風 煮し鶏サラダ 小松菜の味噌汁	ご飯 がんもんのあんかけ風 煮し鶏サラダ 小松菜の味噌汁	牛乳 冷やしうどん
12	土	煮込みうどん しらすとピーマンの煮浸し お麩のふわふわ煮	やさいせんべい	煮込みうどん しらすとピーマンの煮浸し お麩のふわふわ煮	ハイハイ	麦茶 畑のクラッカー	焼きそば 豆腐とほうれん草のすまし汁 みかんゼリー	焼きそば 豆腐とほうれん草のすまし汁 みかんゼリー	牛乳 たいやき・せんべい
14	月	7倍がゆ 鶏のだし煮 人参と玉ねぎの煮物 麩の味噌汁	ハイハイ	全がゆ 鶏のケチャップ煮 人参と玉ねぎの煮物 麩の味噌汁	しらす雑炊	麦茶 せんべい	ご飯 鶏肉のチーズ焼き すき昆布煮 なめこの味噌汁	ご飯 鶏肉のチーズ焼き すき昆布煮 なめこの味噌汁	牛乳 メープルスナック麩
15	火	7倍がゆ 鶏じゃが煮 ツナときゅうりのサラダ わかめの味噌汁	野菜スティック	全がゆ 鶏じゃが煮 ツナときゅうりのサラダ わかめの味噌汁	豆乳蒸しパン	麦茶 野菜スティック&チーズ	麦ご飯 肉じゃが ツナサラダ 油揚げとえのきの味噌汁	麦ご飯 肉じゃが ツナサラダ 油揚げとえのきの味噌汁	牛乳 豆乳レーズン蒸しパン
16	水	7倍がゆ カレイと玉ねぎの煮物 人参ときゅうりのサラダ キャベツの味噌汁	マンナビスケット	全がゆ カレイと玉ねぎの煮物 人参ときゅうりのサラダ キャベツの味噌汁	バナナヨーグルト	麦茶 アスパラガスビスケット	ご飯 鶏肉と大豆の五目煮 マカロニサラダ キャベツとわかめの味噌汁	ご飯 鶏肉と大豆の五目煮 マカロニサラダ キャベツとわかめの味噌汁	牛乳 フルーツヨーグルト
17	木	7倍がゆ 人参のツナサラダ キャベツのお浸し 長ねぎのスープ	ハイハイ	全がゆ キャベツのそぼろ煮 人参のツナサラダ 長ねぎのスープ	スティック食パン	麦茶 かぼちゃスティック	タコライス 人参しりしり もずくスープ	タコライス 人参しりしり もずくスープ	牛乳 ミルクフレンチトースト
18	金	7倍がゆ カレイと人参の煮物 かぼちゃ煮 キャベツの味噌汁	野菜スティック	全がゆ カレイと人参の煮物 かぼちゃ煮 キャベツの味噌汁	すいか・せんべい	麦茶 野菜スティック&チーズ	ご飯 あじフライ コールスローサラダ かぼちゃと玉ねぎの味噌汁	ご飯 あじフライ コールスローサラダ かぼちゃと玉ねぎの味噌汁	牛乳 すいか・せんべい
19	土	7倍がゆ 鶏となすの煮物 ほうれん草と人参のサラダ じゃが芋のスープ	おこめぼー	全がゆ 鶏となすの煮物 ほうれん草と人参のサラダ じゃが芋のスープ	マンナウエハース	麦茶 リッツ	ご飯 チキンカレーライス 春雨サラダ コーンとほうれん草のスープ	ご飯 チキンカレーライス 春雨サラダ コーンとほうれん草のスープ	牛乳 厚切りバウム・せんべい
22	火	7倍がゆ 高野豆腐の人参煮 じゃが芋とピーマンの煮物 わかめスープ	マンナビスケット	全がゆ 高野豆腐の人参煮 じゃが芋とピーマンの煮物 わかめスープ	パンケーキ	麦茶 クラッカー	ご飯 スパニッシュオムレツ 人参とごぼうのごまサラダ オクラのコンソメスープ	ご飯 スパニッシュオムレツ 人参とごぼうのごまサラダ オクラのコンソメスープ	牛乳 マシュマロサンド
23	水	にゅうめん しらすときゅうりのサラダ お麩のふわふわ煮	バナナ	にゅうめん しらすときゅうりのサラダ お麩のふわふわ煮	わかめ雑炊	麦茶 バナナ	そうめん かき揚げ しらすサラダ チーズ	そうめん かき揚げ しらすサラダ チーズ	牛乳 わかめおにぎり
24	木	7倍がゆ なすの味噌煮 ツナとほうれん草のサラダ 長ねぎのスープ	小魚せんべい	全がゆ 豚肉となすの味噌煮 ツナとほうれん草のサラダ 長ねぎのスープ	きな粉食パン	麦茶 ミレービスケット	麦ご飯 豚肉となすの味噌炒め ツナとほうれん草のマヨ和え ワンタン風スープ	麦ご飯 豚肉となすの味噌炒め ツナとほうれん草のマヨ和え ワンタン風スープ	牛乳 きな粉クリームサンド
25	金	7倍がゆ カレイと大根の煮物 小松菜と人参の煮浸し もやしの味噌汁	マンナウエハース	全がゆ カレイと大根の煮物 小松菜と人参の煮浸し もやしの味噌汁	バナナ・せんべい	麦茶 畑のクラッカー	ご飯 サバのおろし煮 人参と玉ねぎのカレーマリネ 小松菜とさつま揚げの味噌汁	ご飯 サバのおろし煮 人参と玉ねぎのカレーマリネ 小松菜とさつま揚げの味噌汁	牛乳 とうもろこし・ウエハース
26	土	煮込みうどん さつまいも煮 バナナ	ひじきせんべい	煮込みうどん さつまいも煮 バナナ	マンナビスケット	麦茶 かぼちゃスティック	しょうゆラーメン さつま芋のサラダ バナナ	しょうゆラーメン さつま芋のサラダ バナナ	牛乳 ワッフル・せんべい
28	月	7倍がゆ 豆腐のあんかけ 人参と玉ねぎの煮物 わかめの味噌汁	ハイハイ	全がゆ 豆腐のあんかけ 人参と玉ねぎの煮物 わかめの味噌汁	蒸しパン	麦茶 リッツ	ご飯 親子煮 ひじきとオクラの和風和え 麩と長ねぎの味噌汁	ご飯 親子煮 ひじきとオクラの和風和え 麩と長ねぎの味噌汁	牛乳 ぶどうゼリー
29	火	7倍がゆ 鶏と小松菜の煮物 きゅうりと人参のサラダ 豆腐の味噌汁	野菜スティック	全がゆ 鶏と小松菜の煮物 きゅうりと人参のサラダ 豆腐の味噌汁	じゃがいものおやき	麦茶 野菜スティック&チーズ	麦ご飯 鶏肉のカレー風味焼き 切干大根のごまマヨサラダ 豆腐と小松菜の味噌汁	麦ご飯 鶏肉のカレー風味焼き 切干大根のごまマヨサラダ 豆腐と小松菜の味噌汁	牛乳 ジャーマンポテト
30	水	7倍がゆ 高野豆腐と人参煮 もやしときゅうりのサラダ コーンスープ	マンナビスケット	全がゆ 高野豆腐と人参煮 もやしときゅうりのサラダ コーンスープ	パンケーキ	麦茶 アスパラガスビスケット	ご飯 豚肉のブルコギ風 もやしときゅうりのおかか和え 中華風コーンスープ	ご飯 豚肉のブルコギ風 もやしときゅうりのおかか和え 中華風コーンスープ	牛乳 ソイサブレ
31	木	パンがゆ 豆腐のトマト煮 かぼちゃサラダ ほうれん草のスープ	おやさいりんぐ	食パン 豆腐のトマト煮 かぼちゃサラダ ほうれん草のスープ	ツナ雑炊	麦茶 ブルー	ロールパン 豆腐のミートグラタン かぼちゃサラダ ほうれん草のスープ	ロールパン 豆腐のミートグラタン かぼちゃサラダ ほうれん草のスープ	牛乳 和風ツナおにぎり

*材料購入の関係上、多少の変更はご了承ください。

*献立の「ご飯」に使用しているお米は、国内産米となっています。

*保育園では調理にはいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しくださいようお願い申し上げます。