

離乳食献立

2026年7月

あゆみ保育園

日	曜	完了期	後期	中期	初期
1	水	(牛乳) 軟飯 野菜のそぼろ煮 きゅうりサラダ みそ汁 (きな粉トースト)	5倍粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりサラダ みそ汁 (雑炊)	7倍粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりサラダ みそ汁 (雑炊)	10倍粥, 豆腐ときゅう りのペースト, にんじん と玉ねぎのペースト
2	木	(牛乳) 煮込みうどん, にんじん サラダ, さつまいも煮 (茶飯粥)	煮込みうどん, にんじん サラダ, さつまいも煮 (茶飯粥)	煮込みうどん, にんじん のやわらか煮, さつまい も煮 (茶飯粥)	うどんペースト, きゅう りとにんじんのペース ト, 玉ねぎとさつまいも のペースト
3	金	(牛乳) 軟飯 ハンバーグ スパ ゲティサラダ スープ (スティックポテト)	5倍粥 ハンバーグ 玉 ねぎサラダ スープ (じゃがいも煮)	7倍粥 野菜のそぼろ煮 玉ねぎサラダ スープ (じゃがいも煮)	10倍粥, しらすとにん じんのペースト, ほうれ ん草と玉ねぎのペースト
4	土	(牛乳) マーボー豆腐丼 かぼ ちゃの甘煮 スープ (煮込みうどん)	マーボー豆腐粥 かぼ ちゃの甘煮 スープ (煮込みうどん)	マーボー豆腐粥 かぼ ちゃの甘煮 スープ	10倍粥, 豆腐と玉ねぎ のペースト, かぼちゃの ペースト
6	月	(牛乳) 軟飯 鮭の味噌煮 ポテ トサラダ すまし汁 (シュガートースト)	5倍粥 鮭の味噌煮 ポ テトサラダ すまし汁 (雑炊)	7倍粥 鮭の味噌煮 ポ テトサラダ すまし汁 (雑炊)	10倍粥, しらすとじゃ がいものペースト, にん じんと玉ねぎのペースト
7	火	(牛乳) 軟飯, 鶏ささみの旨煮, さつまいもの甘煮, スー プ (しらす粥)	5倍粥, 鶏ささみの旨 煮, さつまいもの甘煮, スープ (しらす粥)	7倍粥, 鶏ささみの旨 煮, さつまいもの甘煮, スープ (しらす粥)	10倍粥, さつまいもと 玉ねぎのペースト, にん じんときゅうりのペース ト
8	水	(牛乳) 鶏そぼろ丼, スープ, ヨーグルト (パンケーキ)	鶏そぼろ粥, スープ, ヨーグルト (野菜粥)	鶏そぼろ粥, スープ, ヨーグルト (野菜粥)	10倍粥, かぼちゃと きゅうりのペースト, に んじんと小松菜のペース ト
9	木	(牛乳) 煮込みうどん, ツナサラ ダ, じゃがいもの甘辛煮 (雑炊)	煮込みうどん, ツナサラ ダ, じゃがいもの甘辛煮 (雑炊)	煮込みうどん, ツナサラ ダ, じゃがいもの甘辛煮 (雑炊)	うどんペースト, きゅう りとじゃがいものペース ト, 玉ねぎときゃべつの ペースト
10	金	(牛乳) 軟飯 野菜のそぼろ煮 ブロッコリーサラダ み そ汁 (蒸しパン)	5倍粥 野菜のそぼろ煮 ブロッコリーサラダ み そ汁 (かぼちゃ粥)	7倍粥 野菜のそぼろ煮 ブロッコリーサラダ み そ汁 (かぼちゃ粥)	10倍粥, ブロッコリー ときゅうりのペースト, 玉ねぎとにんじんのペー スト
11	土	(牛乳) 野菜あんかけ丼, スー プ, ヨーグルト (雑炊)	野菜あんかけ粥, スー プ, ヨーグルト (雑炊)	野菜あんかけ粥, , スー プ, ヨーグルト	10倍粥, 豆腐と玉ねぎ のペースト, さつまいも のペースト
13	月	(牛乳) 軟飯 野菜とそぼろの味 噌煮 スパゲティサラダ すまし汁 (シュガートースト)	5倍粥 野菜とそぼろの 味噌煮 きゅうりサラダ すまし汁 (おかか粥)	7倍粥 野菜とそぼろの 味噌煮 きゅうりサラダ すまし汁 (おかか粥)	10倍粥, じゃがいもと 玉ねぎのペースト, にん じんきゅうりのペースト
14	火	(牛乳) 軟飯, 肉じゃが, ほうれ ん草のおかか和え, みそ 汁 (セサミトースト)	5倍粥, 肉じゃが, ほう れん草のおかか和え, み そ汁 (しらす粥)	7倍粥, 肉じゃが, ほう れん草のおかか和え, み そ汁 (しらす粥)	10倍粥, 豆腐と玉ねぎ のペースト, じゃがいも ときゅうりのペースト
15	水	(牛乳) 軟飯, そぼろあんかけ, さつまいも煮, みそ汁 (パンケーキ)	5倍粥, そぼろあんか け, さつまいも煮, みそ 汁 (雑炊)	7倍粥, そぼろあんか け, さつまいも煮, みそ 汁 (雑炊)	10倍粥, にんじんと きゅうりのペースト, さ つまいもと玉ねぎのペー スト

離乳食献立

2026年7月

あゆみ保育園

日	曜	完了期	後期	中期	初期
16	木	(牛乳) 食パンスティック ポトフ風煮込み キャベツサラダ スープ (チーズリゾット)	5倍粥 ポトフ風煮込み キャベツサラダ スープ (チーズリゾット)	7倍粥 ジャがいもとそぼろの煮込み キャベツサラダ スープ (野菜粥)	10倍粥, ジャがいもと小松菜のペースト, にんじんときゅうりのペースト
17	金	(牛乳) 軟飯 ささみと野菜煮 しらすのサラダ みそ汁 (シュガートースト)	5倍粥 ささみと野菜煮 しらすのサラダ みそ汁 (さつまいも粥)	7倍粥 ささみと野菜煮 しらすのサラダ みそ汁 (さつまいも粥)	10倍粥, しらすとにんじんのペースト, かぼちゃときゅうりのペースト
18	土	(牛乳) そぼろ丼, ジャがいもの甘辛煮, スープ (煮込みうどん)	そぼろ粥, ジャがいもの甘辛煮, スープ (煮込みうどん)	そぼろ粥, ジャがいもの甘辛煮, スープ	10倍粥, 豆腐と玉ねぎのペースト, ジャがいものペースト
20	月	海の日			
21	火	(牛乳) 軟飯, カレイの煮付け, ひじきの煮物, みそ汁 (蒸しパン)	5倍粥, カレイの煮付け, ひじきの煮物, みそ汁 (雑炊)	7倍粥, カレイの煮付け, ジャがいもの煮物, みそ汁 (雑炊)	10倍粥, かれいとにんじんのペースト, 玉ねぎとジャがいものペースト
22	水	(牛乳) 軟飯, マーボー豆腐, マカロニサラダ, みそ汁 (きな粉トースト)	5倍粥, マーボー豆腐, きゅうりサラダ, みそ汁 (野菜粥)	7倍粥, マーボー豆腐, きゅうりサラダ, みそ汁 (野菜粥)	10倍粥, 豆腐ときゅうりのペースト, にんじんと玉ねぎのペースト
23	木	(牛乳) 煮込みうどん, きゃべつのサラダ, かぼちゃ煮 (茶飯粥)	煮込みうどん, きゃべつのサラダ, かぼちゃ煮 (茶飯粥)	煮込みうどん, きゃべつのやわらか煮, かぼちゃ煮 (茶飯粥)	うどんペースト, かぼちゃと玉ねぎのペースト, きゃべつと小松菜のペースト
24	金	(牛乳) 野菜そぼろ丼, ポテトサラダ, スープ, (シュガートースト)	野菜そぼろ粥, ポテトサラダ, スープ, (さつまいも粥)	野菜そぼろ粥, ポテトサラダ, スープ, (さつまいも粥)	10倍粥, 玉ねぎとジャがいものペースト, にんじんと小松菜のペースト
25	土	(牛乳) 鶏そぼろ丼, みそ汁, ヨーグルト (雑炊)	鶏そぼろ粥, みそ汁, ヨーグルト (雑炊)	鶏そぼろ粥, みそ汁, ヨーグルト	10倍粥, 豆腐とにんじんのペースト, ジャがいものペースト
27	月	(牛乳) 野菜あんかけ丼, ブロッコリーサラダ, みそ汁 (チーズリゾット)	野菜あんかけ粥, ブロッコリーサラダ, みそ汁 (チーズリゾット)	野菜あんかけ粥, ブロッコリーサラダ, みそ汁 (野菜粥)	10倍粥, 玉ねぎとブロッコリーのペースト, さつまいものペースト
28	火	(牛乳) 軟飯 野菜のそぼろ煮, きゃべつのお浸し みそ汁 (まかろにきな粉)	5倍粥 野菜のそぼろ煮 きゃべつのお浸し みそ汁 (にんじん粥)	7倍粥 野菜のそぼろ煮, きゃべつのお浸し みそ汁 (にんじん粥)	10倍粥, きゃべつと玉ねぎのペースト, にんじんときゅうりのペースト
29	水	(牛乳) 豚玉丼 トマトサラダ みそ汁 (ジャがいもおやき)	豚玉粥 トマトサラダ みそ汁 (ジャがいも煮)	鶏玉粥 トマトサラダ みそ汁 (ジャがいも煮)	10倍粥, 豆腐とトマトのペースト, 玉ねぎときゅうりのペースト
30	木	(牛乳) ミートうどん, きゃべつのサラダ, スープ (茶飯粥)	ミートうどん, きゃべつのサラダ, スープ (茶飯粥)	ミートうどん, きゃべつのやわらか煮, スープ (茶飯粥)	うどんペースト, にんじんと玉ねぎのペースト, きゃべつとほうれん草のペースト
31	金	(牛乳) マーボー豆腐丼, きゅうりの和え物, スープ (蒸しパン)	マーボー豆腐粥, きゅうりの和え物, スープ (しらす粥)	マーボー豆腐粥, きゅうりの和え物, スープ (しらす粥)	10倍粥, しらすとにんじんのペースト, 小松菜ときゅうりのペースト