

2025年 7月 離乳食献立表（初期）

中野区保育園・幼稚園課

曜日		月	火	水	木	金	土
日		14 28	1 15 29	2 16 30	3 17 31	4 18	5 19
午前 	主食	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ
	副食	高野豆腐の煮つぶし 南瓜の煮つぶし スープ	キャベツの煮つぶし つぶしトマト スープ	玉葱の煮つぶし ブロッコリーの煮つぶし スープ	玉葱の煮つぶし 青菜の煮つぶし スープ	白身魚の煮つぶし じゃが芋の煮つぶし スープ	じゃが芋の煮つぶし キャベツの煮つぶし スープ
	材料	米	米	米	米	米	米
		高野豆腐 キャベツ かつおだし 片栗粉	キャベツ かつおだし 片栗粉	玉葱 ブロッコリー かつおだし 片栗粉	玉葱 青菜 かつおだし 片栗粉	白身魚 かつおだし 片栗粉	じゃが芋
南瓜 玉葱 かつおだし		トマト じゃが芋 スープ	なす かつおだし	キャベツ かつおだし	じゃが芋 青菜 かつおだし	キャベツ かつおだし 片栗粉 人参 かつおだし	
曜日		月	火	水	木	金	土
日		7	8 22	9 23	10 24	11 25	12 26
午前	主食	おかゆ	くたくた煮うどん	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ
	副食	豆腐の煮つぶし 青菜の煮つぶし スープ	玉葱の煮つぶし 南瓜の煮つぶし	卵黄のペースト なすの煮つぶし スープ	白身魚の煮つぶし つぶしトマト スープ	キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし スープ	じゃが芋の煮つぶし キャベツの煮つぶし スープ
	材料	米	乾めん 玉葱 人参 かつおだし	米	米	米	米
		豆腐 かつおだし 片栗粉	玉葱 南瓜	卵黄 かつおだし なす 人参 かつおだし	白身魚 かつおだし 片栗粉 トマト 万能葱 かつおだし	キャベツ かつおだし 片栗粉 人参 玉葱 スープ	じゃが芋 キャベツ かつおだし 片栗粉 青菜 かつおだし
青菜 かつおだし 片栗粉 葱 かつおだし							

* 野菜は柔らかく茹でてから調理しています。

* 献立内容は都合により内容を変更する場合があります。

* スープは野菜の煮汁を使用しています。

