

☆ 7月離乳食献立予定表 ☆

曜	日	献立名		果物
金	1	魚のあんかけ	鱈、玉葱、ひじき、片栗粉	キウイ
	15	野菜の柔らか煮	人参、キャベツ、さつまいも	
土	2	雑炊	米、人参、玉葱、キャベツ、鶏ミンチ	グレープ フルーツ
	16			
月	4	豆腐のくたくた煮	豆腐、人参、刻み海苔、片栗粉	オレンジ
		野菜の柔らか煮	玉葱、じゃがいも、ほうれん草	
火	5	魚のあんかけ	鱈、玉葱、ひじき、片栗粉	グレープ フルーツ
		野菜の柔らか煮	人参、キャベツ、かぼちゃ	
水	6	うどんのくたくた煮	うどん、人参、玉葱、ほうれん草、鶏ミンチ	キウイ
木	7	魚のあんかけ	鱈、玉葱、刻み海苔、片栗粉	バナナ
		野菜の柔らか煮	人参、キャベツ、じゃがいも、いんげん	
金	8	豆腐のくたくた煮	豆腐、キャベツ、刻み海苔、片栗粉	オレンジ
		野菜の柔らか煮	人参、玉葱、ほうれん草	
土 火	9 19	うどんのくたくた煮	うどん、人参、玉葱、キャベツ、鶏ミンチ	バナナ グレープフルーツ
月	11	豆腐のくたくた煮	豆腐、玉葱、刻み海苔、片栗粉	オレンジ
		野菜の柔らか煮	人参、じゃがいも、ブロッコリー	
火	12	魚のあんかけ	鱈、玉葱、ひじき、片栗粉	グレープ フルーツ
		野菜の柔らか煮	人参、かぼちゃ、小松菜	
水	13	うどんのくたくた煮	うどん、人参、キャベツ、小松菜、鶏ミンチ	オレンジ
木	14	豆腐のくたくた煮	豆腐、キャベツ、ちりめんじゃこ、刻み海苔、片栗粉	バナナ
		野菜の柔らか煮	人参、さつまいも、ほうれん草	