



離乳食中期 献立表

令和 7年7月

株式会社りぼん

日付	献立名 昼食	食品名
1 (火)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・人参スープ	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん・だいこん
2 (水)	7倍粥・豆腐と野菜の煮物・チンゲン菜スープ	・米・絹ごし豆腐・にんじん・ブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ
3 (木)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
4 (金)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・かぼちゃスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍くりかぼちゃ
5 (土)	しらすとほうれん草の雑炊・大根スープ	・米・しらす干し・ほうれんそう・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
7 (月)	7倍粥・カレイと人参の煮物・ほうれん草スープ	・米・まがれい水煮・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう・たまねぎ
8 (火)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーのうま煮・お豆腐スープ	・米・鶏ひき肉・ブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・たまねぎ
9 (水)	煮込みうどん・ほうれん草煮	・ゆでうどん・鶏ひき肉・にんじん・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉
10 (木)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
11 (金)	7倍粥・鮭と野菜の煮物・豆乳スープ	・米・さけ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・にんじん・たまねぎ・豆乳・水
12 (土)	とり雑炊・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・じゃがいも
14 (月)	7倍粥・鶏じゃが・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ
15 (火)	7倍粥・たいと野菜の煮物・なすのスープ	・米・たい・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・たまねぎ
16 (水)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・じゃが芋スープ	・米・鶏ひき肉・きゅうり・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ・じゃがいも
17 (木)	7倍粥・鶏肉のトマト煮込み・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・トマトピューレ・片栗粉・かつお・昆布だし(荒節)
18 (金)	7倍粥・カレイとキャベツの煮物・豆腐のすまし汁	・米・まがれい水煮・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・にんじん
19 (土)	とり雑炊・キャベツのスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
22 (火)	7倍粥・鮭と野菜の煮物・じゃがいもスープ	・米・さけ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
23 (水)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・お豆腐スープ	・米・鶏ひき肉・チンゲンサイ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐
24 (木)	7倍粥・鶏肉とじゃが芋のうま煮・お豆腐スープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・こまつな
25 (金)	7倍粥・鶏肉と玉ねぎの煮物・ほうれん草スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍ほうれんそう
26 (土)	しらす雑炊・野菜スープ	・米・しらす干し・たまねぎ・冷凍ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍くりかぼちゃ
28 (月)	鶏ひき肉雑炊・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・きゅうり
29 (火)	7倍粥・鮭と玉ねぎの煮物・かぼちゃスープ	・米・さけ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・冷凍くりかぼちゃ
30 (水)	7倍粥・鶏肉とにんじんのだし煮・小松菜スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな
31 (木)	7倍粥・しらすとかぼちゃの煮物・玉ねぎスープ	・米・しらす干し・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん