

離乳食献立カレンダー

令和6年7月

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
昼食	玉ねぎと人参のスープ きゅうりと人参軟煮 キャベツ煮 かぼちゃ煮	わかめのすまし汁 若鶏挽肉とかぼちゃ煮 キャベツと人参煮 じゃが芋煮	チンゲン菜のスープ 豚肉と豆腐の旨煮 キャベツと人参軟煮 さつま芋煮	しめじのスープ 白身魚とろみ煮 ブロッコリーと人参軟煮 じゃが芋煮	短そうめん汁 きゅうり・人参スティック 麩のとろみ煮 さつま芋煮	野菜スープ キャベツ軟煮 かぼちゃ煮
3時	おじや 米粉蒸しパン	おじや 赤ちゃんせんべい	おじや 果汁ゼリー	おじや 赤ちゃんせんべい	おじや フルーツポンチ	おじや 赤ちゃんせんべい
	8	9	10	11	12	13
昼食	玉ねぎと人参スープ 若鶏挽肉と豆腐煮 チンゲン菜と人参軟煮 かぼちゃ煮	皮なし揚げのスープ 白身魚とろみ煮 きゅうりと人参軟煮 じゃが芋煮	しめじのスープ 豚肉とキャベツ軟煮 大根と人参煮 さつま芋煮	わかめのすまし汁 白身魚とろみ煮 小松菜と人参軟煮 じゃが芋煮	人参スープ 若鶏肉と麩の煮物 キャベツと人参軟煮 さつま芋煮	野菜スープ きゅうりと人参煮 かぼちゃ煮
3時	おじや コーンパンケーキ	おじや バナナケーキ	おじや 果汁ゼリー	おじや 赤ちゃんせんべい	おじや 赤ちゃんせんべい	
	15	16	17	18	19	20
昼食	海の日	玉ねぎと人参スープ 白身魚とろみ煮 きゅうりと人参軟煮 かぼちゃ煮	短マカロニスープ 豚肉とキャベツ軟煮 ブロッコリーと人参煮 じゃが芋煮	人参スープ 豚肉と麩の煮物 きゅうりスティック さつま芋煮	玉ねぎスープ きゅうりと人参軟煮 キャベツ煮 じゃが芋煮	焼き短うどん バナナ
3時		おじや 食パン	おじや 麩のラスク	おじや 食パン	おじや 果汁ゼリー	おじや 赤ちゃんせんべい
	22	23	24	25	26	27
昼食	玉ねぎと人参スープ 若鶏肉と麩の煮物 キャベツと人参軟煮 かぼちゃ煮	えのきのスープ 若鶏肉とキャベツ軟煮 きゅうりスティック じゃが芋煮	人参スープ 豚挽肉と豆腐煮 きゅうりと人参軟煮 さつま芋煮	皮なし揚げのスープ 白身魚とろみ煮 えのきとわかめ煮 じゃが芋煮	短マカロニスープ 豚挽肉と玉ねぎの煮物 キャベツと人参煮 さつま芋煮	短そうめん バナナ
3時	おじや 食パン	おじや 豆乳プリン	おじや 赤ちゃんせんべい	おじや フルーツヨーグルト	おじや パンケーキ	おじや 赤ちゃんせんべい
	29	30	31	◆乳児の熱中症◆ 体温調節機能の未発達な赤ちゃんは熱中症になりやすいので、日頃から体調や様子の変化に注意しましょう。 -症状- ・おっぱいやミルクを飲まない ・顔がほてっている、触れると体が熱い		
昼食	玉ねぎと人参スープ 若鶏肉と豆腐煮 キャベツと人参軟煮 かぼちゃ煮	人参スープ 豆腐の旨煮 キャベツと人参煮 じゃが芋煮	レタススープ 豚挽肉と人参煮 ブロッコリー軟煮 さつま芋煮			
3時	おじや 赤ちゃんせんべい	おじや 食パン	おじや アイスクリーム			

