

# あすなろ第2保育園 離乳食だより 7がつ(すいすい)

令和6年度

| 月  |   | 火  |  | 水  |  | 木   |  | 金  |  | 土  |  |
|----|---|----|--|----|--|---|--|----|--|----|--|
| 1  | 10倍がゆ<br>豆腐ペースト<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト  | 2  | 10倍がゆ<br>小松菜ペースト<br>豆腐ペースト<br>人参ペースト   | 3  | 10倍がゆ<br>小松菜ペースト<br>玉ねぎペースト<br>人参ペースト    | 4   | 10倍がゆ<br>小松菜ペースト<br>キャベツペースト<br>人参ペースト | 5  | 10倍がゆ<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>南瓜ペースト     | 6  | 10倍がゆ<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>キャベツペースト |
| 8  | 10倍がゆ<br>南瓜ペースト<br>キャベツペースト<br>豆腐ペースト   | 9  | 10倍がゆ<br>キャベツペースト<br>玉ねぎペースト<br>人参ペースト | 10 | 10倍がゆ<br>玉ねぎペースト<br>キャベツペースト<br>じゃが芋ペースト | 11  | 10倍がゆ<br>ほうれん草ペースト<br>南瓜ペースト<br>人参ペースト | 12 | 10倍がゆ<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>キャベツペースト   | 13 | 10倍がゆ<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>キャベツペースト |
| 15 | 海の日<br> | 16 | 10倍がゆ<br>冬瓜ペースト<br>玉ねぎペースト<br>人参ペースト   | 17 | 10倍がゆ<br>小松菜ペースト<br>玉ねぎペースト<br>人参ペースト    | 18  | 10倍がゆ<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>小松菜ペースト  | 19 | 10倍がゆ<br>じゃが芋ペースト<br>キャベツペースト<br>玉ねぎペースト | 20 | 10倍がゆ<br>玉ねぎペースト<br>人参ペースト<br>キャベツペースト |
| 22 | 10倍がゆ<br>豆腐ペースト<br>玉ねぎペースト<br>人参ペースト  | 23 | 10倍がゆ<br>小松菜ペースト<br>人参ペースト<br>南瓜ペースト   | 24 | 10倍がゆ<br>豆腐ペースト<br>南瓜ペースト<br>人参ペースト      | 25  | 10倍がゆ<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>じゃが芋ペースト | 26 | 10倍がゆ<br>人参ペースト<br>南瓜ペースト<br>玉ねぎペースト     | 27 | 10倍がゆ<br>人参ペースト<br>玉ねぎペースト<br>キャベツペースト |
| 29 | 10倍がゆ<br>キャベツペースト<br>玉ねぎペースト<br>人参ペースト  | 30 | 10倍がゆ<br>人参ペースト<br>キャベツペースト<br>小松菜ペースト | 31 | 10倍がゆ<br>じゃが芋ペースト<br>人参ペースト<br>大根ペースト    |  |  |    |  |    |  |

# あすなろ第2保育園 離乳食だより 7がつ(かたち)

令和6年度

| 月   | 火  | 水   | 木   | 金   | 土  |
|---|--|---|---|---|--|
| 1<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>湯豆腐<br>人参煮<br>玉ねぎ煮   | 2<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>小松菜お浸し<br>湯豆腐<br>人参煮    | 3<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>小松菜お浸し<br>玉ねぎ煮<br>人参煮  | 4<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>小松菜お浸し<br>キャベツ煮<br>人参煮   | 5<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>人参煮<br>玉ねぎ煮<br>南瓜煮     | 6<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>人参煮<br>玉ねぎ煮<br>キャベツ煮  |
| 8<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>南瓜煮<br>キャベツ煮<br>湯豆腐  | 9<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>キャベツ煮<br>玉ねぎ煮<br>人参煮    | 10<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>玉ねぎ煮<br>キャベツ煮<br>粉ふき芋 | 11<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>ほうれん草お浸し<br>南瓜煮<br>人参煮  | 12<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>人参煮<br>玉ねぎ煮<br>キャベツ煮  | 13<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>人参煮<br>玉ねぎ煮<br>キャベツ煮 |
| 15<br>海の日<br> | 16<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>冬瓜煮<br>玉ねぎ煮<br>人参煮     | 17<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>小松菜お浸し<br>玉ねぎ煮<br>人参煮 | 18<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>人参煮<br>玉ねぎ煮<br>小松菜お浸し   | 19<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>粉ふき芋<br>キャベツ煮<br>玉ねぎ煮 | 20<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>玉ねぎ煮<br>人参煮<br>キャベツ煮 |
| 22<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>湯豆腐<br>玉ねぎ煮<br>人参煮  | 23<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>小松菜お浸し<br>人参煮<br>南瓜煮   | 24<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>湯豆腐<br>南瓜煮<br>人参煮     | 25<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>人参煮<br>玉ねぎ煮<br>粉ふき芋   | 26<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>人参煮<br>南瓜煮<br>玉ねぎ煮    | 27<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>人参煮<br>玉ねぎ煮<br>キャベツ煮 |
| 29<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>キャベツ煮<br>玉ねぎ煮<br>人参煮  | 30<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>人参煮<br>キャベツ煮<br>小松菜お浸し | 31<br>7倍がゆ<br>スープ上澄み<br>粉ふき芋<br>人参煮<br>大根煮    |  |   |  |

# あすなろ第2保育園 離乳食だより 7がつ(味なし)

令和6年度

| 月  | 火   | 水  | 木   | 金  | 土   |   |  |    |   |    |  |
|----|---|----|---|----|---|---|--|----|---|----|--|
| 1  | 5倍がゆ<br>煮物(なす、ピーマン、赤、黄ピーマン)<br>サラダ(きゅうり、人参、ひじき)<br>豆腐スティック<br>スープ(玉ねぎ)                    | 2  | 5倍がゆ<br>煮魚(白身魚)<br>サラダ(もやし、人参)<br>豆腐スティック<br>スープ(小松菜)             | 3  | 5倍がゆ<br>煮物(小松菜、豆腐、ピーマン)<br>サラダ(なす、きゅうり、もやし、黄ピーマン)<br>人参スティック<br>スープ(おふ、玉ねぎ) | 4   | 5倍がゆ<br>煮物(はるさめ、もやし、小松菜)<br>サラダ(鶏ささみ、きゅうり、キャベツ)<br>人参スティック<br>スープ(玉ねぎ) | 5  | 5倍がゆ<br>煮物(鶏レバー、南瓜、ひじき、きゅうり)<br>人参スティック<br>スープ(玉ねぎ、そうめん)            | 6  | 5倍がゆ<br>玉ねぎ煮<br>人参スティック<br>スープ(キャベツ、もやし) |
| 8  | 5倍がゆ<br>煮物(南瓜、人参、玉ねぎ)<br>サラダ(きゅうり、キャベツ)<br>豆腐スティック<br>スープ(もやし)                            | 9  | 5倍がゆ<br>煮魚(白身魚)<br>煮物(なす、豆腐、きゅうり、キャベツ、トマト)<br>人参スティック<br>スープ(玉ねぎ) | 10 | 5倍がゆ<br>煮物(キャベツ、なす、ズッキーニ)<br>サラダ(レタス、トマト、ピーマン、黄ピーマン)<br>粉ふき芋<br>スープ(人参、玉ねぎ) | 11  | 5倍がゆ<br>煮魚(白身魚)<br>煮物(ほうれん草、赤ピーマン、ひじき、きゅうり)<br>人参スティック<br>スープ(南瓜、玉ねぎ)  | 12 | 5倍がゆ<br>煮物(キャベツ、きゅうり、もやし)<br>人参スティック<br>スープ(玉ねぎ)                    | 13 | 5倍がゆ<br>キャベツ煮<br>人参スティック<br>スープ(うどん、玉ねぎ) |
| 15 | 海の日<br> | 16 | 5倍がゆ<br>煮魚(白身魚)<br>サラダ(ピーマン、もやし、きゅうり)<br>人参スティック<br>スープ(冬瓜、玉ねぎ)   | 17 | 5倍がゆ<br>煮物(小松菜、ピーマン、もやし、きゅうり)<br>人参スティック<br>スープ(キャベツ、玉ねぎ)                   | 18  | 5倍がゆ<br>煮物(ナス、レタス、ピーマン、黄ピーマン、もやし)<br>人参スティック<br>スープ(小松菜、玉ねぎ)           | 19 | 5倍がゆ<br>煮物(豆腐、玉ねぎ、人参、もやし)<br>サラダ(オクラ、キャベツ、ピーマン)<br>粉ふき芋<br>スープ(玉ねぎ) | 20 | 5倍がゆ<br>キャベツ煮<br>人参スティック<br>スープ(玉ねぎ、もやし) |
| 22 | 5倍がゆ<br>煮物(玉ねぎ、人参、ピーマン)<br>サラダ(もやし、なす、きゅうり)<br>豆腐スティック<br>スープ(玉ねぎ)                        | 23 | 5倍がゆ<br>煮魚(白身魚)<br>煮物(冬瓜、小松菜、なす、鶏もも肉)<br>人参スティック<br>スープ(南瓜)       | 24 | 5倍がゆ<br>煮物(鶏ひき肉、なす、南瓜、赤ピーマン)<br>サラダ(トマト、オクラ、きゅうり、レタス)<br>スープ(豆腐)            | 25  | 5倍がゆ<br>煮物(なす、ズッキーニ、人参)<br>人参スティック<br>スープ(もやし)                         | 26 | 5倍がゆ<br>煮魚(白身魚)<br>サラダ(なす、もやし、きゅうり)<br>人参スティック<br>スープ(豆腐、南瓜、玉ねぎ)    | 27 | 5倍がゆ<br>玉ねぎ煮<br>人参スティック<br>スープ(うどん、キャベツ) |
| 29 | 5倍がゆ<br>煮物(鶏もも肉)<br>サラダ(マカロニ、人参、きゅうり)<br>人参スティック<br>スープ(キャベツ)                             | 30 | 5倍がゆ<br>煮魚(白身魚)<br>サラダ(小松菜、人参、きゅうり)<br>人参スティック<br>スープ(もやし、なす)     | 31 | 5倍がゆ<br>煮物(鶏もも肉、人参)<br>サラダ(ピーマン、もやし、きゅうり)<br>粉ふき芋<br>スープ(大根)                |  |  |    |   |    |  |