

7月こんだて表

離乳食中期



令和8年(2026年)井手町立玉川保育園

にち	ようび	こんだて名	材料名		
			き	あか	みどり
1	水	チンゲン菜と鶏のうま煮 豆腐の煮物 おかゆ	米 片栗粉	鶏むねミンチ 豆腐	チンゲン菜 きゅうり・にんじん 玉ねぎ
2	木	魚のあんかけ キャベツと豆腐の煮物 おかゆ	米 片栗粉	魚 豆腐	キャベツ 玉ねぎ にんじん・白菜
3	金	鶏のうま煮 野菜のくたくた煮 おかゆ	米 片栗粉	鶏むねミンチ	キャベツ 玉ねぎ・にんじん きゅうり
6	月	鶏じゃが ほうれん草のうま煮 おかゆ	米 片栗粉 じゃがいも	鶏むねミンチ	にんじん 玉ねぎ ほうれん草・キャベツ
7	火	さつまいものそぼろ煮 野菜のトマト煮 おかゆ	米 片栗粉 さつまいも	鶏むねミンチ	玉ねぎ にんじん きゅうり・トマト
8	水	白身魚のあんかけ じゃが芋のほってり煮 おかゆ	米 片栗粉 じゃがいも	白身魚	にんじん 玉ねぎ・キャベツ きゅうり
9	木	豆腐のあんかけ かぼちゃの煮物 おかゆ	米 片栗粉	豆腐	にんじん かぼちゃ 玉ねぎ
10	金	キャベツと鶏のうま煮 じゃが芋の煮物 おかゆ	米 片栗粉 じゃがいも	鶏むねミンチ	キャベツ にんじん 玉ねぎ・きゅうり
13	月	高野の煮物 さつまいもと大豆のうま煮 おかゆ	米 片栗粉 さつまいも	高野豆腐 大豆水煮	にんじん 玉ねぎ 白菜・三度豆
14	火	白菜とささみの煮物 キャベツのミルク煮 おかゆ	米 片栗粉 麩	鶏ささみ 粉ミルク	白菜・にんじん キャベツ・きゅうり 玉ねぎ
15	水	なすのそぼろ煮 青菜のくたくた煮 おかゆ	米 片栗粉 麩	鶏むねミンチ	にんじん 小松菜・玉ねぎ キャベツ・なす
16	木	大豆とトマトのそぼろ煮 野菜のクリーム煮 おかゆ	米 片栗粉 じゃがいも	大豆水煮 鶏むねミンチ 粉ミルク	玉ねぎ・キャベツ トマト・にんじん クリームコーン・きゅうり
17	金	豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーのうま煮 おかゆ	米 片栗粉 麩	鶏むねミンチ	玉ねぎ・にんじん ブロッコリー きゅうり
21	火	キャベツのくたくた煮 豆腐のうま煮 おかゆ	米 片栗粉	豆腐	玉ねぎ にんじん・キャベツ きゅうり
22	水	肉だんこのスープ煮 ブロッコリーのクリーム煮 おかゆ	米 片栗粉・麩 じゃがいも	鶏むねミンチ	玉ねぎ・クリームコーン にんじん ブロッコリー
23	木	鶏のうま煮 チンゲン菜と豆腐のスープ おかゆ	米 片栗粉 麩	豆腐	にんじん 玉ねぎ・三度豆 チンゲン菜
24	金	白身魚のあんかけ キャベツと豆腐のうま煮 おかゆ	米 片栗粉	白身魚 豆腐	にんじん 玉ねぎ・白菜 キャベツ
27	月	うどん かぼちゃのうま煮 おかゆ	米 片栗粉 うどん・麩	鶏むねミンチ	にんじん 玉ねぎ・白菜 かぼちゃ
28	火	豆腐のあんかけ キャベツの煮物 おかゆ	米 片栗粉 麩	豆腐	にんじん キャベツ・きゅうり 玉ねぎ
29	水	豆腐の煮物 キャベツのうま煮 おかゆ	米 片栗粉 麩	豆腐	白菜・玉ねぎ 人参 きゅうり・キャベツ
30	木	豆腐のそぼろ煮 小松菜とじゃが芋のうま煮 おかゆ	米 片栗粉 じゃがいも	豆腐 鶏むねミンチ	にんじん 玉ねぎ・三度豆 小松菜
31	木	じゃが芋と鶏の煮物 ブロッコリーのうま煮 おかゆ	米 片栗粉 じゃがいも	鶏むねミンチ	玉ねぎ・人参 ブロッコリー きゅうり

※行事、その他により、献立や材料を変更することがありますのでご了承ください。