

2026年7月の離乳食予定献立表

認定こども園 鈴ノ宮保育園

日	曜	ひよこ完了食	完了食おやつ	後期	中期	初期
1	水	白身魚の幽庵焼き 米飯 おひたし かぼちゃのみそ汁	マーマレード 蒸しパン	白身魚と野菜のうま煮 白粥 かぼちゃのみそ汁	白身魚と野菜のつぶし煮 つぶし粥 かぼちゃのみそ汁	
2	木	七タキーマカレー マカロニサラダ すまし汁 オレンジ	おかし	ツナ入り野菜粥 キャベツと人参の煮びたし 豆腐のすまし汁 オレンジ	ツナ入り野菜つぶし粥 キャベツと人参のくたくた煮 豆腐のすまし汁 オレンジ	
3	金	豚肉と厚揚げのみそ煮 米飯 キャベツのみそ汁 バナナ	ウエハースと せんべい	鶏と野菜の煮物 白粥 キャベツのみそ汁 バナナ	ササミと野菜のつぶし煮 つぶし粥 キャベツのみそ汁 バナナ	
4	土	ミックスサンド スティックパン 牛乳 バナナ	ビスケット	ツナと人参とほうれん草の 野菜粥 バナナ	ツナと人参とほうれん草の 野菜つぶし粥 バナナ	
6	月	チキンライス マヨドレサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	おかし	ツナ入り野菜粥 キャベツと人参の煮びたし 豆腐のすまし汁 オレンジ	ツナ入り野菜つぶし粥 キャベツと人参のくたくた煮 豆腐のすまし汁 オレンジ	
7	火	ポテトコロケ わかめごはん オーロラサラダ なすのみそ汁	ビスケット	鶏と野菜のうま煮 白粥 なすのみそ汁	ササミと野菜のつぶし煮 つぶし粥 なすのみそ汁	
8	水	野菜煮込みうどん かぼちゃの煮物 バナナ	おかか おにぎり	野菜煮込みうどん かぼちゃの煮物 バナナ	野菜くたくた煮込みうどん かぼちゃのくたくた煮 バナナ	
9	木	筑前煮 米飯 豆腐のみそ汁 オレンジ	あんこ クッキー	白身魚と野菜のうま煮 白粥 豆腐のみそ汁 オレンジ	白身魚と野菜のつぶし煮 つぶし粥 豆腐のみそ汁 オレンジ	
10	金	ハヤシライス ひじきマヨドレサラダ バナナ	おかし	鶏と野菜の煮物 白粥 豆腐のすまし汁 バナナ	ササミと野菜のくたくた煮 つぶし粥 豆腐のすまし汁 バナナ	
11	土	ミートサンド スティックパン 牛乳 バナナ	せんべい	ツナと人参とほうれん草の 野菜粥 バナナ	ツナと人参とほうれん草の 野菜つぶし粥 バナナ	
13	月	ごぼとん丼 おひたし 豆腐のすまし汁	豆腐の パンケーキ	ツナ入り野菜粥 青菜と白菜の煮びたし 豆腐のすまし汁	ツナ入り野菜つぶし粥 青菜と白菜のくたくた煮 豆腐のすまし汁	
14	火	手羽元のさっぱり煮 米飯 おくらの和え物 なすのみそ汁	揚げパン	鶏と野菜の煮物 白粥 なすのみそ汁	ササミと野菜のつぶし煮 つぶし粥 なすのみそ汁	
15	水	ちくわの2色揚げ 米飯 和風マヨサラダ たまねぎのみそ汁	ショートブレッド	ツナと野菜のうま煮 白粥 たまねぎのみそ汁	ツナと野菜のくたくた煮 つぶし粥 たまねぎのみそ汁	
16	木	肉じゃが 米飯 豆腐のみそ汁 バナナ	ブルーベリー 蒸しパン	白身魚と野菜の煮物 白粥 豆腐のみそ汁 バナナ	白身魚と野菜のつぶし煮 つぶし粥 豆腐のみそ汁 バナナ	

日	曜	ひよこ完了食	完了食おやつ	後期	中期	初期
17	金	和風チャーハン ウインナー ドレッシングサラダ 豆腐のみそ汁	ビスケット	野菜粥 キャベツと人参の煮びたし 豆腐のみそ汁	野菜つぶし粥 キャベツと人参のくたくた煮 豆腐のみそ汁	
18	土	ツナマヨロール スティックパン 牛乳 バナナ	おかし	ツナと人参とほうれん草の 野菜粥 バナナ	ツナと人参とほうれん草の 野菜つぶし粥 バナナ	
20	月	海の日				
21	火	チキンカツ キャベツとツナのサラダ わかめごはん かぼちゃのみそ汁	バナナケーキ	鶏と野菜のうま煮 白粥 かぼちゃのみそ汁	ササミと野菜のつぶし煮 つぶし粥 かぼちゃのみそ汁	
22	水	びりん飯 ちくわとわかめの酢の物 さつまいもの煮物 じゃがいものみそ汁	信玄餅風味 トースト	ツナ入り野菜粥 さつまいもの煮物 じゃがいものみそ汁	ツナ入り野菜つぶし粥 さつまいものつぶし煮 じゃがいものみそ汁	
23	木	白身魚のてり焼き 米飯 小松菜とツナの和え物 豆腐のみそ汁	ちんすこう	白身魚と野菜のうま煮 白粥 豆腐のみそ汁	白身魚と野菜のくたくた煮 つぶし粥 豆腐のみそ汁	
24	金	夏野菜ポークカレーライス マヨドレサラダ オレンジ	せんべい	鶏と野菜の煮物 白粥 豆腐のすまし汁 オレンジ	ササミと野菜のつぶし煮 つぶし粥 豆腐のすまし汁 オレンジ	
25	土	ポテトサンド スティックパン 牛乳 バナナ	ビスケット	ツナと人参とほうれん草の 野菜粥 バナナ	ツナと人参とほうれん草の 野菜つぶし粥 バナナ	
27	月	そぼろチャーハン 三色ナムル 豆腐のみそ汁	小倉パイ	野菜粥 人参の甘煮 豆腐のみそ汁	野菜つぶし粥 人参つぶし粥 豆腐のみそ汁	
28	火	メンチカツ 米飯 春雨サラダ たまねぎのみそ汁	マドレーヌ	鶏と野菜のうま煮 白粥 たまねぎのみそ汁	ササミと野菜のくたくた煮 つぶし粥 たまねぎのみそ汁	
29	水	すきやき風煮物 米飯 キャベツのみそ汁 オレンジ	きなこマフィン	白身魚と野菜の煮物 白粥 キャベツのみそ汁 オレンジ	白身魚と野菜のつぶし煮 つぶし粥 キャベツのみそ汁 オレンジ	
30	木	煮込みうどん 大豆の磯煮 肉団子 バナナ	鮭おにぎり	煮込みうどん さつまいもの煮物 バナナ	くたくた煮込みうどん さつまいものつぶし煮 バナナ	
31	金	ポークシチュー ブロッコリーとツナのサラダ 食パン オレンジ	おかし	ツナと野菜のうま煮 白粥 豆腐のすまし汁 オレンジ	ツナと野菜のくたくた煮 つぶし粥 豆腐のすまし汁 オレンジ	