



# 離乳食中期 献立表

令和 8年4月

株式会社りぼん

日付	献立名 昼食	食品名
1 (水)	7倍粥・鶏肉とほうれん草の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・くりかぼちゃ
2 (木)	7倍粥・鶏肉とじゃが芋の煮物・白菜スープ	・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・はくさい・たまねぎ
3 (金)	7倍粥・カレイと人参の煮物・春キャベツのすまし汁	・米・まがれい水煮・にんじん・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ
4 (土)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・ブロッコリースープ	・米・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・ゆでブロッコリー・たまねぎ
6 (月)	7倍粥・鶏肉と野菜のやわらか煮・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ
7 (火)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・ほうれん草スープ	・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・ほうれんそう
8 (水)	7倍粥・鮭と白菜の煮物・かぼちゃスープ	・米・さけ・はくさい・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
9 (木)	五目粥・お豆腐スープ	・米・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・絹ごし豆腐・ほうれんそう
10 (金)	7倍粥・カレイと野菜の煮物・花麩のすまし汁	・米・かれい・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・花麩・チンゲンサイ・たまねぎ
11 (土)	鶏雑炊・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・ほうれんそう・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・絹ごし豆腐・キャベツ
13 (月)	7倍粥・鶏肉のうま煮・玉ねぎスープ	・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・じゃがいも
14 (火)	7倍粥・カレイとブロッコリーの煮物・チンゲン菜スープ	・米・まがれい・ブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・チンゲンサイ・たまねぎ
15 (水)	煮込みうどん・かぼちゃスープ	・ゆでうどん・鶏ひき肉・はくさい・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・くりかぼちゃ
16 (木)	7倍粥・鶏肉と野菜の煮物・豆乳スープ	・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・ゆでブロッコリー・豆乳・水
17 (金)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・ブロッコリーのすまし汁	・米・さけ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー
18 (土)	鶏雑炊・大根のすまし汁	・米・鶏ひき肉・にんじん・じゃがいも・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・だいこん・ほうれんそう
20 (月)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーの煮物・豆乳スープ	・米・鶏ひき肉・ブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ・にんじん・水・豆乳
21 (火)	7倍粥・サケと野菜の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・さけ・にんじん・きゅうり・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・たまねぎ
22 (水)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・玉ねぎスープ	・米・鶏ひき肉・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
23 (木)	7倍粥・鶏肉と小松菜の煮物・人参スープ	・米・鶏ひき肉・こまつな・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ
24 (金)	7倍粥・肉じゃが・キャベツのすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・にんじん
25 (土)	7倍粥・しらすとブロッコリーの煮物・ほうれん草スープ	・米・しらす・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ
27 (月)	7倍粥・カレイとじゃが芋の煮物・大根のすまし汁	・米・かれい・じゃがいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・ほうれんそう
28 (火)	7倍粥・鶏肉とキャベツの煮物・野菜スープ	・米・鶏ひき肉・キャベツ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・にんじん
30 (木)	7倍粥・鮭ときゅうりの煮物・豆腐のすまし汁	・米・さけ・きゅうり・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