



離乳食中期 献立表

令和 8年10月

株式会社りぼん

日付	献立名	食品名
	昼食	
1 (木)	7倍粥・豆腐の五目煮・ほうれん草スープ	・米・絹ごし豆腐・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう
2 (金)	7倍粥・ブロッコリーと鶏肉の煮物・豆乳スープ	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・たまねぎ・ほうれんそう・豆乳・水
3 (土)	鶏そうすい・白菜のすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・はくさい・にんじん
5 (月)	7倍粥・鶏肉と小松菜の煮物・じゃが芋スープ	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・こまつな・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも
6 (火)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・豆乳スープ	・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・ほうれんそう・にんじん・水・豆乳
7 (水)	7倍粥・鮭とキャベツの煮物・なすのすまし汁	・米・さけ・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・なす・たまねぎ
8 (木)	7倍粥・鶏肉と白菜のうま煮・かぼちゃのすまし汁	・米・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ
9 (金)	7倍粥・カレイと人参の煮物・根菜スープ	・米・まがれい・にんじん・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん
10 (土)	しらす雑炊・ブロッコリースープ	・米・しらす・たまねぎ・にんじん・ほうれんそう・かつお・昆布だし(荒節)・ゆでブロッコリー
13 (火)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・かぼちゃのすまし汁	・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・くりかぼちゃ
14 (水)	7倍粥・カレイとかぼちゃの煮物・キャベツスープ	・米・まがれい・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・キャベツ
15 (木)	7倍粥・鶏肉と白菜の煮物・さつま芋のすまし汁	・米・鶏ひき肉・はくさい・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・さつまいも
16 (金)	7倍粥・鶏じゃが・ブロッコリースープ	・米・鶏ひき肉・じゃがいも・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
17 (土)	五目うどん・かぼちゃの煮物	・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・片栗粉
19 (月)	7倍粥・白身魚とキャベツの煮物・根菜のすまし汁	・米・たら・キャベツ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・だいこん・くりかぼちゃ
20 (火)	鶏そうすい・キャベツスープ	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・キャベツ・にんじん
21 (水)	7倍粥・鮭とじゃが芋の煮物・トマトスープ	・米・さけ・じゃがいも・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・キャベツ・トマトピューレ
22 (木)	7倍粥・鶏肉とサツマイモの煮物・豆腐スープ	・米・鶏ひき肉・さつまいも・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・絹ごし豆腐・たまねぎ
23 (金)	7倍粥・鶏肉とかぼちゃの煮物・小松菜のすまし汁	・麦茶・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・こまつな・花麴
24 (土)	しらすとかぼちゃの煮物・ブロッコリースープ・ベビーヨーグルト	・米・しらす・くりかぼちゃ・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ゆでブロッコリー・にんじん・ヨーグルト
26 (月)	7倍粥・鶏肉と人参の煮物・白菜スープ	・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・はくさい・たまねぎ
27 (火)	鶏雑炊・豆腐のすまし汁	・米・鶏ひき肉・たまねぎ・キャベツ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・絹ごし豆腐
28 (水)	7倍粥・鶏肉とブロッコリーの煮物・じゃが芋スープ	・米・鶏ひき肉・ゆでブロッコリー・たまねぎ・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・じゃがいも
29 (木)	7倍粥・鮭と大根の煮物・かぼちゃのすまし汁	・米・さけ・だいこん・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・くりかぼちゃ・にんじん
30 (金)	鶏肉とかぼちゃのお粥・チンゲン菜スープ	・米・鶏ひき肉・くりかぼちゃ・たまねぎ・にんじん・かつお・昆布だし(荒節)・チンゲンサイ
31 (土)	しらすと豆腐のおじや・ほうれん草スープ	・米・しらす・絹ごし豆腐・ゆでブロッコリー・かつお・昆布だし(荒節)・片栗粉・ほうれんそう・たまねぎ