

7月 離乳食メニュー

日	曜	昼食メニュー	備考
1	火	魚と野菜のトマト煮 味噌汁	
2	水	豆腐と野菜の煮物 味噌汁	
3	木	里芋の煮物 わかめスープ	
4	金	鮭と野菜のくず煮 味噌汁	
5	土	パスタの柔らか煮 オニオンスープ	
6	日		
7	月	七夕おじや キャロットスープ	七夕
8	火	白身魚と野菜のくず煮 すまし汁	
9	水	豆腐のきのこのスープ 切り干し大根とひじきの煮物	
10	木	ささみとピーマンのくず煮 味噌汁	
11	金	鮭とキャベツのくず煮 すまし汁	
12	土	野菜おじや 味噌汁	
13	日		
14	月	五目汁 大豆とじゃがいもの煮物	
15	火	白身魚と野菜のくず煮 味噌汁	
16	水	ささみ入りおじや 野菜の煮物 星の子スープ	誕生会
17	木	トマトたっぷりラタトゥイユ風 野菜のくず煮	
18	金	豆腐のトマト煮 味噌汁	
19	土	トマトおじや 野菜スープ	
20	日		
21	月		海の日
22	火	ささみ入りおじや トマトスープ	
23	水	そうめん汁 野菜の煮物	流しそうめん
24	木	じゃが芋と人参の煮物 味噌汁	絵本・おはなし給食Day
25	金	鮭と野菜のくず煮 すまし汁	
26	土	トマトおじや コーンスープ	夏祭り
27	日		
28	月	夏野菜たっぷり豆乳スープ キャベツと人参のくず煮	
29	火	魚のトマト煮 すまし汁	魚解体ショー
30	水	ささみと野菜のくず煮 味噌汁	
31	木	野菜の煮物 具いっぱい味噌汁	



子どもの「食べる機能」はどのように成長するの？

生後 5～6 ヶ月、離乳食を開始したばかりの頃は、舌を前後に動かし、唇を開いて飲み込みます。

舌は前後に動く
唇を開いて飲み込む



生後 7～8 ヶ月頃になると、唇をしっかり閉じたまま、舌を上下に動かして押しつぶす、「咀嚼」をするようになってきます。

唇を閉じたまま舌を上下に
動かし押し潰して咀嚼する



離乳食開始から離乳完了に向けて、歯が生えてきたり、少しずつ舌やあごが上手に使えるようになっていきます。

月齢に基づく目安だけで離乳食を進めていくのではなく、一人ひとりの噛む力や飲み込む力の成長に合わせた食事を与えましょう。