

7月離乳食献立表

よつば陽明保育園

日付	中期食 (7~8か月ごろ)		後期食 (9~11か月ごろ)	
	午前	午後	午前	午後
1(水)	7倍がゆ わかめスープ ツナときゅうりのみそ煮	コーンスープ 食パン	3倍がゆ わかめスープ 豚肉のみそ炒め マカロニサラダ	コーンスープ 食パン
2(木)	7倍がゆ にんじんのみそ汁 大根とツナの煮物	ほうれん草のスープ 食パン	3倍がゆ えのきとにんじんのみそ汁 豚バラ大根 焼きかぼちゃ	ほうれん草のスープ 食パン
3(金)	7倍がゆ 鶏ひき肉と人参のあんかけ ブロッコリーとツナのサラダ	ふかし芋	3倍がゆ 塩ちゃんこ風 ブロッコリーとツナのサラダ	ふかし芋
6(月)	7倍がゆ コーンのみそ汁 カレーとほうれん草の煮物	かぼちゃスープ 食パン	3倍がゆ コーンのみそ汁 カレイの煮物 ほうれん草の炒め物	かぼちゃスープ 食パン
7(火)	7倍がゆ コーンスープ 豚ひき肉と玉ねぎの洋風煮	ヨーグルト	3倍がゆ コーンスープ 豚ひき肉と玉ねぎのコンソメ煮 もやしのナムル	ヨーグルトケーキ
8(水)	7倍がゆ 豆腐のみそ汁 ひじきとツナの和風煮	コーンスープ 食パン	3倍がゆ 豆腐とねぎのみそ汁 豚肉の野菜炒め ひじきサラダ	コーンスープ 食パン
9(木)	手打ち(夏野菜のつけ汁うどん) にんじんの和え物	みごだれごはん	手打ち(夏野菜のつけ汁うどん) にんじんとえのきの和え物 みかん缶	みごだれごはん
10(金)	7倍がゆ 豆乳のみそ汁(にんじん・コーン) キャベツとツナのあんかけ	ほうれん草のスープ 手作り食パン	3倍がゆ 豆乳とまいたけのみそ汁 チャブチェ キャベツの和え物	ほうれん草のスープ 手作り食パン
13(月)	7倍がゆ かぼちゃのみそ汁 ツナとひじきの煮物	かぼちゃスープ 食パン	3倍がゆ かぼちゃと厚揚げのみそ汁 鮭の照り煮 ツナひじき	かぼちゃスープ 食パン
14(火)	和風うどん(ほうれん草・コーン) きゅうりの和え物	コーンのおかゆ	和風うどん(ほうれん草・コーン) しゅうまい きゅうりのなめたけ和え	コーンのおかゆ
15(水)	納豆あんかけ丼 コーンのみそ汁 きやべつのおかか和え	ほうれん草のスープ 手作りデニッシュパン	納豆ひき肉丼 コーンのみそ汁 きやべつのおかか和え	ほうれん草のスープ 手作りデニッシュパン
16(木)	食パン 鶏肉のトマト煮 ブロッコリー	バナナ ハイハイ	食パン 鶏肉のトマト煮 ブロッコリー	バナナ お芋クッキー
17(金)	7倍がゆ キャベツのみそ汁 鶏肉ときゅうりの洋風煮	かぼちゃスープ 食パン	3倍がゆ キャベツとねぎのみそ汁 鶏の照り煮 スバゲティ-サラダ	かぼちゃスープ 食パン
21(火)	7倍がゆ ほうれん草のみそ汁 鮭とかぼちゃのみそ煮	しらすわかめのおかゆ	3倍がゆ 切干大根とほうれん草のみそ汁 鮭のみそ焼き かぼちゃの甘だれがけ	しらすわかめのおかゆ
22(水)	7倍がゆ さつまいもとたまねぎのみそ汁 ツナと人参のあんかけ	みかんヨーグルト	3倍がゆ さつまいもとたまねぎのみそ汁 ツナと人参のあんかけ 千切りキャベツ	みかんヨーグルト
23(木)	7倍がゆ ほうれん草のお汁 ツナとナスのみそ煮	ピザトースト	3倍がゆ 高野豆腐とねぎのお汁 豚肉とナスのみそ炒め ブロッコリー	ピザトースト
24(金)	豆乳みそ煮込みうどん(ささみ) 蒸しかぼちゃ	かぼちゃのおかゆ	豆乳坦々風うどん 蒸しかぼちゃ ももヨーグルト	コーンのおかゆ
27(月)	鶏釜飯おかゆ わかめとたまねぎのみそ汁 ほうれん草の和え物	ほうれん草のスープ 食パン	鶏釜飯おかゆ わかめとたまねぎのみそ汁 ほうれん草の和え物	ほうれん草のスープ 食パン
28(火)	わかめうどん 小松菜の納豆和え	しらすおかかのおかゆ	わかめうどん ミートオムレツ 小松菜の納豆和え	しらすおかかのおかゆ
29(水)	7倍がゆ ツナのお汁 鮭とキャベツの和風煮	コーンのおかゆ	3倍がゆ ツナとねぎのお汁 鮭の煮物 きやべつのサラダ	コーンのおかゆ
30(木)	7倍がゆ にんじんとコーンのスープ ツナとキャベツのあんかけ	かぼちゃのスープ 食パン	3倍がゆ にんじんとコーンのスープ 豚肉の炒め煮 ツナサラダ	かぼちゃのスープ 食パン
31(金)	ツナの和風あんかけ丼 小松菜のみそ汁 きゅうりとにんじんの和え物	ほうれん草のスープ 食パン	豚肉の和風あんかけ丼 小松菜と油揚げのみそ汁 切干大根のサラダ	ほうれん草のスープ 食パン