

令和3年度

7月離乳食献立



★ 21日 お弁当の日 ★

くげにし保育園【922-0007】

| 主 食 | 10倍粥 | | 5倍粥 | 軟飯 | ごはん | おやつ | |
|--------|------|---------------------------|---------------------------|-----|--------------------------------------|-------------------------|----------|
| | 60g | | 80g | 90g | 60g | | |
| 1 | 木 | じゃがいもの煮物 小松菜の煮物 すまし汁 | じゃがいもの煮物 小松菜の煮物 すまし汁 | | ごはん すき焼き風煮込み えのきのごま和え 小松菜のみそ汁 | ★手作りおやつ★ 牛乳 黒蜜きなこバナナ | |
| 2 | 金 | 玉ねぎとふの煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁 | 牛肉とトマトの煮物 野菜とマカロニの煮物 すまし汁 | | カレーライス マカロニサラダ 人参スープ バイン缶 | 牛乳 おせんべい | |
| 3 | 土 | 野菜と鶏肉の煮物 豆腐の煮物 すまし汁 | 野菜と鶏肉の煮物 豆腐の煮物 すまし汁 | | チキンライス ウインナー 酢の物 豆腐の吸物 | 牛乳 クラッカー | |
| 5 | 月 | 人参と豆腐の煮物 じゃがいもの煮物 すまし汁 | 人参と豆腐の煮物 じゃがいもの煮物 すまし汁 | | チャーハン ミートボール ポテトサラダ 豆腐入り人参スープ | ★手作りおやつ★ 牛乳 豆腐ドーナツ | |
| 6 | 火 | キャベツの煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁 | キャベツの煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁 | | 親子丼 しめじのごま和え わかめの吸物 | ★手作りおやつ★ 牛乳 水ようかん | |
| 7 | 水 | 人参とふの煮物 キャベツの煮物 うどん | 牛肉と人参の煮物 キャベツの煮物 うどん | | ごはん 肉うどん ひじきの五目煮 じゃこの酢の物 | 牛乳 ビスケット | |
| 8 | 木 | きゅうりの煮物 じゃがいもの煮物 すまし汁 | 鶏肉ときゅうりの煮物 じゃがいもの煮物 すまし汁 | | ごはん 唐揚げ 切干大根の中華風サラダ じゃがいもとわかめのみそ汁 | ★手作りおやつ★ ゼリー | |
| 9 | 金 | 玉ねぎとふの煮物 キャベツの煮物 すまし汁 | 牛肉と玉ねぎの煮物 キャベツの煮物 すまし汁 | | ハヤシライス コールスローサラダ もやしとわかめのスープ バイン缶 | 牛乳 おせんべい | |
| 10 | 土 | 豆腐の煮物 野菜の煮物 すまし汁 | 豆腐の煮物 野菜の煮物 すまし汁 | | ふりかけごはん 野菜炒め スクランブルエッグ 豆腐のみそ汁 | 牛乳 クラッカー | |
| 12 | 月 | じゃがいもの煮物 納豆の煮物 すまし汁 | じゃがいもの煮物 納豆の煮物 すまし汁 | | ごはん シーチキンのじゃがいも煮 納豆和え 野菜のみそ汁 | ★手作りおやつ★ 牛乳 コーン蒸しパン | |
| 13 | 火 | 白身魚の煮物 豆腐の煮物 すまし汁 | 白身魚の煮物 豆腐の煮物 すまし汁 | | ごはん 赤魚の煮物 春雨のサラダ 豆腐の中華風スープ | ★手作りおやつ★ 牛乳 フライドポテト | |
| 14 | 水 | 人参とチーズの煮物 キャベツの煮物 うどん | 人参とチーズの煮物 キャベツの煮物 うどん | | ごはん きつねうどん 切干大根の煮物 ツナサラダ チーズ | 牛乳 ビスケット | |
| 15 | 木 | じゃがいもの煮物 小松菜の煮物 すまし汁 | じゃがいもの煮物 小松菜の煮物 すまし汁 | | ごはん すき焼き風煮込み えのきのごま和え 小松菜のみそ汁 | ★手作りおやつ★ 牛乳 黒蜜きなこバナナ | |
| 16 | 金 | 玉ねぎとふの煮物 かぼちゃの煮物 すまし汁 | 牛肉とトマトの煮物 野菜とマカロニの煮物 すまし汁 | | カレーライス マカロニサラダ 人参スープ バイン缶 | 牛乳 おせんべい | |
| 17 | 土 | 野菜と鶏肉の煮物 豆腐の煮物 すまし汁 | 野菜と鶏肉の煮物 豆腐の煮物 すまし汁 | | チキンライス ウインナー 酢の物 豆腐の吸物 | 牛乳 クラッカー | |
| 19 | 月 | 人参と豆腐の煮物 じゃがいもの煮物 すまし汁 | 人参と豆腐の煮物 じゃがいもの煮物 すまし汁 | | チャーハン ミートボール ポテトサラダ 豆腐入り人参スープ | ★手作りおやつ★ 牛乳 豆腐ドーナツ | |
| 20 | 火 | キャベツの煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁 | キャベツの煮物 玉ねぎの煮物 すまし汁 | | 親子丼 しめじのごま和え わかめの吸物 | ★手作りおやつ★ 牛乳 水ようかん | |
| 21 | 水 | ★ お 弁 当 の 日 ★ | | | | | 牛乳 おせんべい |
| 22 | 木 | ★ 祝日 海の日 ★ | | | | | |
| 23 | 金 | ★祝日 スポーツの日★ | | | | | |
| 24 | 土 | 豆腐の煮物 野菜の煮物 すまし汁 | 豆腐の煮物 野菜の煮物 すまし汁 | | ふりかけごはん 野菜炒め スクランブルエッグ 豆腐のみそ汁 | 牛乳 クラッカー | |
| 26 | 月 | じゃがいもの煮物 納豆の煮物 すまし汁 | じゃがいもの煮物 納豆の煮物 すまし汁 | | ごはん シーチキンのじゃがいも煮 納豆和え 野菜のみそ汁 | ★手作りおやつ★ 牛乳 コーン蒸しパン | |
| 27 | 火 | 白身魚の煮物 豆腐の煮物 すまし汁 | 白身魚の煮物 豆腐の煮物 すまし汁 | | ごはん 赤魚の煮物 春雨のサラダ 豆腐の中華風スープ | ★手作りおやつ★ 牛乳 フライドポテト | |
| 28 | 水 | 人参とチーズの煮物 キャベツの煮物 うどん | 人参とチーズの煮物 キャベツの煮物 うどん | | ごはん きつねうどん 切干大根の煮物 ツナサラダ チーズ | 牛乳 ビスケット | |
| 29 | 木 | じゃがいもの煮物 小松菜の煮物 すまし汁 | じゃがいもの煮物 小松菜の煮物 すまし汁 | | ごはん コロッケ えのきのごま和え 小松菜のみそ汁 | ★手作りおやつ★ 牛乳 黒蜜きなこバナナ | |
| 30 | 金 | 豆腐の煮物 キャベツの煮物 すまし汁 | 豆腐の煮物 キャベツの煮物 すまし汁 | | ちらし寿司 ごま和え 豆腐のみそ汁 | ★手作りおやつ★ 牛乳 パースデーケーキ | |
| 31 | 土 | 野菜と鶏肉の煮物 豆腐の煮物 すまし汁 | 野菜と鶏肉の煮物 豆腐の煮物 すまし汁 | | チキンライス ウインナー 酢の物 豆腐の吸物 | 牛乳 クラッカー | |

10時おやつ:ごはん食ヤクルト/離乳食豆乳

*仕入れ等の都合により、献立が多少異なる場合がありますが、ご了承下さい。

月齢はあくまでも目安で、調理形態・分量・献立内容は、一人一人の発達に応じて出しています。

アレルギーのある子には、代替食・除去食を出しています。

おやつは、月齢1人1人離乳食の進み具合で出しています。

