



7月 離乳食献立表



令和2年6月30日

莊原保育園

	3 回 食			3 回 食	
	献立	材 料		献立	材 料
7/1 (水)	軟飯又はお粥 焼き魚の野菜あんかけ 和え物 野菜スープ	米 白身魚、玉ねぎ、人参 きゅうり、トマト、ひじき 玉ねぎ、人参、かぼちゃ	7/17 (金)	軟飯又はお粥 ササミソテー スティック野菜煮 野菜スープ	米 ササミ 人参、いんげん じゃが芋、トマト、玉ねぎ
7/2 (木)	軟飯又はお粥 つくね焼き 和え物 野菜スープ	米 鶏ひき肉、豆腐、短ねぎ、片栗粉 モロヘイヤ、人参 じゃが芋、とうがん、玉ねぎ	7/20 (月)	軟飯又はお粥 ササミ煮 和え物 野菜スープ	米 ササミ 春雨、きゅうり、人参 小松菜、玉ねぎ、しめじ
7/3 (金)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 白身魚 マカロニ、ブロッコリー、人参 玉ねぎ、キャベツ、きゅうり	7/21 (火)	にゅうめん サラダ そばろ煮	そうめん、鶏肉、人参、おくら アスパラガス、人参 鶏ひき肉、じゃが芋
7/6 (月)	軟飯又はお粥 ササミソテー 和え物 野菜スープ	米 ササミ キャベツ、トマト 人参、玉ねぎ、なす	7/22 (水)	軟飯又はお粥 煮魚 和え物 野菜スープ	米 白身魚 モロヘイヤ、トマト 青梗菜、人参、玉ねぎ
7/7 (火)	軟飯又はお粥 魚のムニエル 和え物 野菜スープ	米 白身魚、小麦粉 小松菜、人参 かぼちゃ、いんげん、玉ねぎ	7/23 (木)	海の日	
7/8 (水)	軟飯又はお粥 つくね焼き スティック野菜煮 野菜スープ	米 鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 きゅうり、人参 玉ねぎ、トマト、ブロッコリー	7/24 (金)	スポーツの日	
7/9 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 鮭 オクラ、キャベツ 青梗菜、玉ねぎ、なす	7/27 (月)	軟飯又はお粥 つくね焼き スティック野菜煮 野菜スープ	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、芽ひじき、片栗粉 人参、きゅうり キャベツ、玉ねぎ、なす
7/10 (金)	軟飯又はお粥 ササミソテー 和え物 野菜スープ	米 ササミ じゃが芋、トマト 人参、玉ねぎ、きゅうり	7/28 (火)	軟飯又はお粥 焼き魚 サラダ 野菜スープ	米 白身魚 かぼちゃ、きゅうり 玉ねぎ、人参、モロヘイヤ
7/13 (月)	軟飯又はお粥 焼き魚 煮物 野菜スープ	米 白身魚 ひじき煮、人参、きゅうり かぼちゃ、キャベツ、玉ねぎ	7/29 (水)	軟飯又はお粥 鶏じゃが煮 和え物 野菜スープ	米 ササミ、人参、じゃが芋 トマト、いんげん なす、かぼちゃ、玉ねぎ
7/14 (火)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 和え物 野菜スープ	米 ササミ、じゃが芋 小松菜、人参 トマト、玉ねぎ、なす	7/30 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 鮭 オクラ、キャベツ、人参 小松菜、玉ねぎ、とうがん
7/15 (水)	軟飯又はお粥 ハンバーグ 和え物 野菜スープ	米 豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 キャベツ、人参 玉ねぎ、かぼちゃ、もやし	7/31 (金)	軟飯又はお粥 ササミソテー サラダ 野菜スープ	米 ササミ じゃが芋、きゅうり、トマト キャベツ、玉ねぎ、人参
7/16 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 鮭 ほうれん草、人参、ひじき かぼちゃ、キャベツ、もやし			

- * 献立は都合により変更することがあります。
- * 保育園の離乳食には、おうちで食べられた食品のみを使用致します。
- * 少量の醤油、味噌、みりん、三温糖を使用する場合があります。