



7月 離乳食献立表



令和3年6月30日

荘原保育園

| | 3 回 食 | | | 3 回 食 | |
|-------------|---------------------------------------|--|-------------|--------------------------------------|---|
| | 献立 | 材 料 | | 献立 | 材 料 |
| 7/1 (木) | 軟飯又はお粥 豆腐ハンバーグ サラダ 野菜スープ | 米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 アスパラガス、キャベツ、じゃが芋 人参、小松菜、トマト | 7/16 (金) | 軟飯又はお粥 肉じゃが サラダ 野菜スープ | 米 豚ミンチ、じゃが芋、玉ねぎ、人参 トマト、さやいんげん、キャベツ かぼちゃ、なす、玉ねぎ |
| 7/2 (金) | 軟飯又はお粥 魚のあんかけ 和え物 野菜スープ | 米 白身魚、玉ねぎ、人参、片栗粉 青梗菜、きゅうり なす、玉ねぎ、しめじ | 7/19 (月) | 軟飯又はお粥 ササミ照り焼き スティック煮 野菜スープ | 米 鶏ササミ 人参、きゅうり キャベツ、玉ねぎ、もやし |
| 7/5 (月) | 軟飯又はお粥 鶏と野菜煮 サラダ 野菜スープ | 米 鶏ササミ、玉ねぎ マカロニ、きゅうり、かぼちゃ さやいんげん、キャベツ、人参 | 7/20 (火) | 軟飯又はお粥 魚のあんかけ 和え物 野菜スープ | 米 白身魚、玉ねぎ、人参、片栗粉 青梗菜、人参、ひじき とうがん、キャベツ、玉ねぎ |
| 7/6 (火) | 軟飯又はお粥 焼き魚 白和え 野菜スープ | 米 白身魚 モロヘイヤ、人参、豆腐 なす、玉ねぎ、じゃが芋 | 7/21 (水) | にゅう麺 スティック煮 野菜煮 | そうめん、鶏ササミ、人参、オクラ 人参、きゅうり じゃが芋 |
| 7/7 (水) | 軟飯又はお粥 つくね焼き 和え物 野菜スープ | 米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 小松菜、人参 かぼちゃ、さやいんげん、キャベツ | 7/22 (木) | 海の日 |  |
| 7/8 (木) | 軟飯又はお粥 ムニエル 和え物 野菜スープ | 米 白身魚、小麦粉 キャベツ、人参 じゃが芋、さやいんげん、トマト | 7/23 (金) | スポーツの日 |  |
| 7/9 (金) | 軟飯又はお粥 ササミの照り焼き スティック煮 野菜スープ | 米 鶏ササミ 人参、きゅうり かぼちゃ、キャベツ、玉ねぎ | 7/26 (月) | 軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 サラダ 野菜スープ | 米 鶏ササミ、玉ねぎ かぼちゃ、きゅうり 人参、なす、玉ねぎ |
| 7/12 (月) | 軟飯又はお粥 魚の味噌焼き 白和え 野菜スープ | 米 鮭 青梗菜、人参、ひじき、豆腐 もやし、玉ねぎ、人参 | 7/27 (火) | 軟飯又はお粥 煮魚 サラダ 野菜スープ | 米 白身魚 じゃが芋、きゅうり 玉ねぎ、人参、もやし |
| 7/13 (火) | 軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 スティック煮 野菜スープ | 米 鶏ササミ、玉ねぎ、トマト きゅうり、人参 じゃが芋、とうがん、なす | 7/28 (水) | 軟飯又はお粥 豆腐ハンバーグ 和え物 野菜スープ | 米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 オクラ、キャベツ、納豆 かぼちゃ、玉ねぎ、人参 |
| 7/14 (水) | 軟飯又はお粥 焼き魚 白和え 野菜スープ | 米 白身魚 キャベツ、人参、豆腐 かぼちゃ、玉ねぎ、きゅうり | 7/29 (木) | 軟飯又はお粥 魚のムニエル スティック煮 野菜スープ | 米 白身魚、小麦粉 人参、きゅうり じゃが芋、玉ねぎ、しめじ |
| 7/15 (木) | 軟飯又はお粥 魚のムニエル サラダ 野菜スープ | 米 白身魚、小麦粉 かぼちゃ、オクラ キャベツ、玉ねぎ、もやし | 7/30 (金) | トースト ササミの照り焼き サラダ 野菜スープ | 食パン 鶏ササミ じゃが芋、きゅうり 玉ねぎ、人参、しめじ |

- * 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。

