



# 7月 離乳食献立表



令和4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 (金)	軟飯又はお粥 魚の野菜あんかけ 白和え 野菜スープ	米 白身魚、玉ねぎ、人参 モロヘイヤ、人参、豆腐 じゃが芋、玉ねぎ、キャベツ	7/18 (月)	海の日	
7/4 (月)	軟飯又はお粥 つくね焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 かぼちゃ、きゅうり、ひじき 小松菜、人参、玉ねぎ	7/19 (火)		米 鮭 人参、きゅうり なす、トマト、玉ねぎ、かぼちゃ
7/5 (火)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き おくら納豆 野菜スープ	米 白身魚 オクラ、人参、納豆 じゃが芋、玉ねぎ、しめじ	7/20 (水)		米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 じゃが芋、きゅうり、人参 そうめん、玉ねぎ、トマト
7/6 (水)	軟飯又はお粥 そばろ煮 サラダ 野菜スープ	米 豚ミンチ、なす、玉ねぎ じゃが芋、トマト、アスパラ とうがん、人参、もやし	7/21 (木)		米 白身魚 モロヘイヤ、トマト もやし、玉ねぎ、人参
7/7 (木)	軟飯又はお粥 煮魚 和え物 野菜スープ	米 白身魚 ほうれん草、人参、ひじき トマト、じゃが芋、玉ねぎ	7/22 (金)		米 鶏ササミ、じゃが芋、人参、玉ねぎ 小松菜、トマト かぼちゃ、なす、玉ねぎ
7/8 (金)	軟飯又はお粥 ササミの照り焼き コロコロサラダ 野菜スープ	米 鶏ササミ じゃが芋、トマト、きゅうり かぼちゃ、玉ねぎ、人参	7/25 (月)		米 白身魚 キャベツ、人参 豆腐、玉ねぎ、もやし、人参
7/11 (月)	軟飯又はお粥 魚と野菜煮 スティック煮 豆腐の汁	米 白身魚、玉ねぎ 人参、きゅうり、いんげん 豆腐、玉ねぎ、キャベツ	7/26 (火)		米 鶏ササミ、小麦粉、青のり かぼちゃ、玉ねぎ 人参、とうがん、小松菜
7/12 (火)	軟飯又はお粥 ササミのトマト煮 サラダ 野菜スープ	米 鶏ササミ、トマト かぼちゃ、いんげん 人参、玉ねぎ、モロヘイヤ	7/27 (水)		米 鶏ササミ、玉ねぎ マカロニ、きゅうり、人参 なす、もやし、人参
7/13 (水)	軟飯又はお粥 魚の漬け焼き 和え物 野菜スープ	米 鮭 キャベツ、人参、もやし じゃが芋、なす、玉ねぎ	7/28 (木)		米 白身魚 おくら、キャベツ、かぼちゃ じゃが芋、人参、玉ねぎ
7/14 (木)	軟飯又はお粥 ササミの照り焼き 春雨の和え物 野菜スープ	米 鶏ササミ 春雨、きゅうり、人参 トマト、じゃが芋、キャベツ	7/29 (金)		米 鶏ササミ 人参、きゅうり トマト、チンゲン菜、しめじ
7/15 (金)	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 じゃが芋、トマト、いんげん 玉ねぎ、人参、小松菜			

- \* 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。