



7月 離乳食献立表



令和5年6月30日 荘原保育園

	3 回 食			3 回 食	
	献 立	材 料		献 立	材 料
7/3 (月)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 サラダ 野菜スープ	米 鶏ささ身、なす、人参 かぼちゃ、きゅうり、いんげん トマト、とうがん、もやし	7/18 (火)	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 きゅうり、トマト、マカロニ 人参、キャベツ、玉ねぎ
7/4 (火)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き 和え物 野菜スープ	米 白身魚 キャベツ、人参、ひじき 人参、玉ねぎ、しめじ	7/19 (水)	軟飯又はお粥 ササミの漬け焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ささ身 かぼちゃ、きゅうり、トマト 人参、玉ねぎ、しめじ
7/5 (水)	軟飯又はお粥 そばろ煮 白和え 野菜スープ	米 鶏ミンチ、じゃが芋、人参 いんげん、トマト、豆腐 玉ねぎ、かぼちゃ、なす	7/20 (木)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き コロコロサラダ 野菜スープ	米 白身魚 じゃが芋、きゅうり、トマト 玉ねぎ、人参、キャベツ
7/6 (木)	軟飯又はお粥 魚のムニエル お浸し 野菜スープ	米 鮭、小麦粉 青梗菜、人参 じゃが芋、玉ねぎ、キャベツ	7/21 (金)	軟飯又はお粥 ササミ煮 白和え 野菜スープ	米 鶏ささ身 豆腐、きゅうり、人参 玉ねぎ、じゃが芋、しめじ
7/7 (金)	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 アスパラ、キャベツ、トマト 小松菜、玉ねぎ、人参、かぼちゃ	7/24 (月)	煮込みうどん ササミの照り焼き 野菜煮	うどん、玉ねぎ、人参、キャベツ 鶏ささ身 じゃが芋、きゅうり
7/10 (月)	軟飯又はお粥 魚の野菜あんかけ サラダ 野菜スープ	米 白身魚、玉ねぎ、人参 かぼちゃ、きゅうり なす、キャベツ、人参	7/25 (火)	軟飯又はお粥 煮魚 白和え 野菜スープ	米 白身魚 豆腐、ひじき、チンゲン菜 人参、かぼちゃ、玉ねぎ
7/11 (火)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 白和え 野菜スープ	米 鶏ささ身、トマト、きゅうり 豆腐、ひじき、キャベツ、人参 じゃが芋、玉ねぎ、小松菜	7/26 (水)	軟飯又はお粥 そばろ煮 納豆和え 野菜スープ	米 豚ミンチ、じゃが芋、人参 ひきわり納豆、オクラ、キャベツ なす、人参、玉ねぎ
7/12 (水)	にゅう麺 つくね焼き 野菜煮	うどん、人参、きゅうり 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 じゃが芋、オクラ、トマト	7/27 (木)	軟飯又はお粥 焼き魚 サラダ 野菜スープ	米 鮭 トマト、きゅうり、じゃが芋 とうがん、玉ねぎ、人参
7/13 (木)	軟飯又はお粥 魚の漬け焼き 和え物 豆腐と野菜の汁	米 鮭 キャベツ、人参、もやし 豆腐、玉ねぎ、人参、なす	7/28 (金)	軟飯又はお粥 ひじき入りつくね スティック煮 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、ひじき、片栗粉 きゅうり、人参 ほうれん草、玉ねぎ、人参
7/14 (金)	軟飯又はお粥 ササミの青のり焼き 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身、青のり、小麦粉 オクラ、トマト、ひじき 人参、かぼちゃ、キャベツ、玉ねぎ	7/31 (月)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身、トマト 青梗菜、人参 きゅうり、玉ねぎ、やし
1/17 (月)	海の日				

- * 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。

