



7月 離乳食献立表



令和5年6月28日

荘原保育園

	3 回 食			3 回 食	
	献 立	材 料		献 立	材 料
1 (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、きゅうり かぼちゃ、おくら、ひじき なす、玉ねぎ、人参	17 (水)	にゅう麺 つくね焼き 野菜煮	そうめん、キャベツ、おくら、人参 鶏ミンチ、玉ねぎ、豆腐、片栗粉 じゃが芋、きゅうり、人参
2 (火)	軟飯又はお粥 魚の照り焼き お浸し 野菜スープ	米 白身魚 小松菜、トマト 玉ねぎ、人参、かぼちゃ	18 (木)	軟飯又はお粥 魚の漬け焼き 和え物 野菜スープ	米 鮭 オクラ、キャベツ なす、玉ねぎ、人参
3 (水)	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、アスパラ、人参 玉ねぎ、なす、もやし	19 (金)	軟飯又はお粥 魚のムニエル コロコロサラダ 野菜スープ	米 白身魚、小麦粉 じゃが芋、人参、きゅうり キャベツ、玉ねぎ、もやし
4 (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、ひじき、トマト じゃが芋、玉ねぎ、人参	22 (月)	煮込みうどん ササミ煮 野菜煮	うどん、玉ねぎ、人参、キャベツ 鶏ササ身 じゃが芋、きゅうり、トマト
5 (金)	トースト じゃが芋入りつくね焼き 茹で野菜 野菜スープ	プレーン食パン 鶏ミンチ、じゃが芋、玉ねぎ、片栗粉 アスパラ、人参 玉ねぎ、きゅうり、かぼちゃ	23 (火)	軟飯又はお粥 魚と野菜煮 納豆和え 野菜スープ	米 白身魚、オクラ キャベツ、人参、納豆 かぼちゃ、玉ねぎ、じゃが芋
8 (月)	軟飯又はお粥 ササミの漬け焼き スティック煮 野菜スープ	米 鶏ささ身 きゅうり、人参 トマト、じゃが芋、玉ねぎ	24 (水)	軟飯又はお粥 ひじき入りつくね焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、ひじき じゃが芋、トマト、いんげん 人参、玉ねぎ、もやし、麩
9 (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 春雨、トマト、オクラ きゅうり、人参、玉ねぎ、かぼちゃ	25 (木)	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 キャベツ、トマト、ひじき きゅうり、玉ねぎ、じゃが芋
10 (水)	軟飯又はお粥 ひじき入りつくね焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉、ひじき じゃが芋、トマト、モロヘイヤ とうがん、人参、もやし	26 (金)	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、トマト マカロニ、きゅうり、かぼちゃ 玉ねぎ、人参、キャベツ
11 (木)	軟飯又はお粥 ササミの照り焼き 白和え 野菜スープ	米 鶏ささ身 いんげん、トマト、豆腐 かぼちゃ、玉ねぎ、人参	29 (月)	軟飯又はお粥 白身魚の照り焼き スティック煮 野菜スープ	米 白身魚 きゅうり、人参、かぼちゃ キャベツ、なす、玉ねぎ、小松菜
12 (金)	軟飯又はお粥 魚の漬け焼き 納豆和え 野菜スープ	米 白身魚 ほうれん草、人参、納豆 キャベツ、じゃが芋、トマト、玉ねぎ	30 (月)	軟飯又はお粥 鶏じゃが煮 和え物 野菜スープ	米 鶏ささ身、じゃが芋、人参 小松菜、トマト かぼちゃ、なす、玉ねぎ
15 (月)	海の日		31 (火)	軟飯又はお粥 白身魚のトマト煮 お浸し 野菜スープ	米 白身魚、トマト 青梗菜、人参 豆腐、オクラ、玉ねぎ、きゅうり
16 (火)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 スティック煮 豆腐と野菜のスープ	米 鶏ささ身、きゅうり いんげん、人参 豆腐、トマト、玉ねぎ			

- * 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。