

7月献立表 離乳食中期 午前食

野のはな空のとり保育園

日	曜	献立	材 料
1 29	月	お粥 野菜のそぼろ煮 キャベツの煮びたし 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 キャベツ がぼちゃ あおさ しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉
2 16 30	火	そぼろ粥 蒸し野菜 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 きゅうり オクラ 生わかめ しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉
3 17 31	水	あんかけ粥 ジャガ芋の甘煮 野菜スープ	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ ジャガ芋 なす ズッキーニ トマト かぼちゃ レタス しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉
4 18	木	お粥 たらの梅煮 野菜の味噌和え すまし汁	米 たら 人参 玉ねぎ ジャガ芋 キャベツ きゅうり 小松菜 梅びしお しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉
5 19	金	パン粥 豚肉のトマト煮 こぶき芋 野菜スープ	食パン 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 トマト缶 ズッキーニ キャベツ 青のり しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉
6 20	土	そぼろ粥 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ひき肉 絹豆腐 人参 玉ねぎ ジャガ芋 ひじき オクラ しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉
8 22	月	お粥 鶏肉と野菜の煮物 じゃこサラダ 味噌汁	米 鶏ひき肉 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガ芋 キャベツ なす しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉
9 23	火	しらすと野菜のお粥 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガ芋 さやいんげん キャベツ ほうれん草 生わかめ しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉
10 24	水	肉うどん トマトときゅうりの和え物 海苔のスープ	干しうどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 トマト きゅうり さつま芋 焼き海苔 しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉
11 25	木	お粥 マーボー豆腐 ポテトサラダ すまし汁	米 豚ひき肉 絹豆腐 人参 玉ねぎ ジャガ芋 きゅうり 生わかめ しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉
12 26	金	パン粥 鶏肉のクリーム煮 蒸し野菜 野菜スープ	食パン 鶏ささみ 人参 玉ねぎ ジャガ芋 キャベツ きゅうり かぼちゃ トマト 粉ミルク しょう油 塩 素精糖 だし汁 片栗粉
13 27	土	あんかけ粥 野菜の海苔和え 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガ芋 トマト 青梗菜 焼海苔 しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉

※午前食は離乳食とミルク、午後食はミルクを提供します。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。

7月献立表 離乳食後期 午前食・午後食

野のはな空のとり保育園

日	曜	午前食		午後食	
		献立	材料	献立	材料
1	月	軟飯 野菜のそぼろ煮 キャベツの煮びたし 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ がぼちゃ あおさ しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 すまし汁 果物	米 たら 人参 玉ねぎ じゃが芋 にら しょう油 塩 だし汁
2	火	そぼろおじや 蒸し野菜 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 きゅうり オクラ 生わかめ えのき茸 長ねぎ しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	トースト ミルクスープ 果物	食パン 絹豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 粉ミルク 塩 だし汁
3	水	あんかけおじや じゃが芋の甘煮 野菜スープ	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 なす スッキーニ トマト かぼちゃ 葉ねぎ コーン缶 レタス しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 生わかめ 味噌 だし汁
4	木	軟飯 たらの梅煮 野菜の味噌和え すまし汁	米 たら 人参 玉ねぎ じゃが芋 きゅうり 小松菜 キャベツ 長ねぎ 梅びしお しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	青のりおじや 味噌汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 青のり 味噌 だし汁
5	金	トースト 豚肉のトマト煮 こぶき芋 野菜スープ	食パン 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマト缶 スッキーニ キャベツ 黄ピーマン 青のり しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 絹豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 さつま芋 味噌 だし汁
6	土	そぼろおじや 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ひき肉 絹豆腐 人参 玉ねぎ しめじ じゃが芋 ひじき オクラ しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物	食パン しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 塩 だし汁
8	月	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 じゃこサラダ 味噌汁	米 鶏ひき肉 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ なす もやし しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	そぼろおじや すまし汁 果物	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ しょう油 塩 だし汁
9	火	しらすと野菜のおじや 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 さやいんげん キャベツ ほうれん草 生わかめ 干し椎茸 しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	トースト コーンスープ 果物	食パン 絹豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 コーンクリーム缶 塩 だし汁
10	水	肉うどん トマトときゅうりの和え物 海苔のスープ	干しうどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ にら じゃが芋 トマト きゅうり さつま芋 長ねぎ もやし 焼き海苔 しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 生わかめ 味噌 だし汁
11	木	軟飯 マーボー豆腐 ポテトサラダ すまし汁	米 豚ひき肉 絹豆腐 人参 玉ねぎ 長ねぎ じゃが芋 きゅうり 生わかめ もやし しょう油 素精糖 塩 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 たら 人参 玉ねぎ じゃが芋 もやし 味噌 だし汁
12	金	トースト 鶏肉のクリーム煮 ツナサラダ 野菜スープ	食パン 鶏ささみ ツナ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ きゅうり かぼちゃ トマト 粉ミルク しょう油 塩 素精糖 だし汁 片栗粉	納豆おじや 味噌汁 果物	米 納豆 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
13	土	あんかけおじや 野菜の海苔和え 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマト 青梗菜 焼海苔 しょう油 素精糖 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物	食パン しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 塩 だし汁

※食事にはミルクがつきます。
 ※午後食の果物は主にバナナを提供します。
 ※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。
 ※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。