

☆☆☆☆ 7月の献立表 (0・1・2歳児) ☆☆☆☆

日	曜	午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	離乳食(中期)	離乳食(後期)
3	月	かし 牛乳	豚の生姜焼き、トマト、味噌汁	かし 牛乳	麩と野菜の煮物(麩、玉ねぎ、人参、トマト) 味噌汁(なす、葉ねぎ)	麩と野菜の煮物(麩、玉ねぎ、人参、トマト) 味噌汁(なす、葉ねぎ)
4	火	かし 牛乳	なすのミートグラタン、スパゲティサラダ、オレンジ	コーンフレーク 牛乳	和風麻婆なす風煮(豆腐、なす、玉ねぎ) きゅうりと人参のサラダ(きゅうり、人参)、オレンジ	和風麻婆なす風煮(豆腐、なす、玉ねぎ) きゅうりと人参のサラダ(きゅうり、人参)、オレンジ
5	水	かし ミルク	五目ごはん、チキンの照り焼き、野菜添え、味噌汁	かし 牛乳	鶏と玉ねぎの煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、葉ねぎ) きゅうりとトマトのサラダ(きゅうり、トマト)	鶏と玉ねぎの煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、葉ねぎ) きゅうりとトマトのサラダ(きゅうり、トマト)
6	木	あっさりポテト 牛乳	ぶりの煮つけ、春雨サラダ、すまし汁 	手作りみたらし 幼児牛乳 (豆腐のみたらしあんかけ)	煮魚(白身魚)、すまし汁(ほうれん草、人参)	煮魚(白身魚)、すまし汁(ほうれん草、人参)  
7	金	かし 牛乳	五色冷麦、フライドポテト、トマト、ゼリー	かし 牛乳	にゅうめん(冷麦、きゅうり、人参、麩)、トマト、バナナ	にゅうめん(冷麦、きゅうり、人参、麩)、トマト、バナナ
8	土	かし		かし		
10	月	かし 牛乳	すき焼き風煮、ごま酢和え、パイナップル	ピーチゼリー	豆腐と野菜の煮物(豆腐、葉ねぎ、人参、玉ねぎ) きゅうりのすり流し(きゅうり)、オレンジ	豆腐と野菜の煮物(豆腐、葉ねぎ、人参、玉ねぎ) きゅうりのすり流し(きゅうり)、オレンジ
11	火	かし ミルク	ちらし寿司、すまし汁、バナナ 	かし 野菜ジュース	麩と野菜の煮物(麩、玉ねぎ) 小松菜の浸し(小松菜、人参)、バナナ	麩と野菜の煮物(麩、玉ねぎ) 小松菜の浸し(小松菜、人参)、バナナ
12	水	かし 牛乳	鶏肉のマーマレード焼き、ひじきの健康サラダ、ミネストローネ	かし 牛乳 	大豆と野菜のトマト煮(大豆、人参、玉ねぎ、キャベツ、トマト) マッシュポテト(じゃがいも、豆乳)	大豆と野菜のトマト煮(大豆、人参、玉ねぎ、キャベツ、トマト) マッシュポテト(じゃがいも、豆乳)
13	木	かし 牛乳	肉団子の甘辛煮、ハンサンスウ、オクラスープ	茹でとうもろこし (バナナ) 幼児牛乳	鶏と野菜のコンソメ煮(鶏ささみ、玉ねぎ、人参、じゃがいも) 春雨サラダ(春雨、きゅうり、人参)	鶏と野菜のコンソメ煮(鶏ささみ、玉ねぎ、人参、じゃがいも) 春雨サラダ(春雨、きゅうり、人参)
14	金	かし 牛乳	手作りひりょうず、きゅうりの土佐和え、味噌汁	かし ミロミルク	豆腐と玉ねぎの煮物(豆腐、人参、玉ねぎ、葉ねぎ) きゅうりの和え物(きゅうり、人参)	豆腐と玉ねぎの煮物(豆腐、人参、玉ねぎ、葉ねぎ) きゅうりの和え物(きゅうり、人参)
15	土	かし		かし 		
18	火	かし 牛乳	ゆかりごはん、鶏のから揚げ、野菜添え、すまし汁	かし 牛乳	鶏と冬瓜の煮物(鶏ささみ、冬瓜、葉ねぎ) すまし汁(キャベツ、人参)	鶏と冬瓜の煮物(鶏ささみ、冬瓜、葉ねぎ) すまし汁(キャベツ、人参)
19	水	かし 牛乳	肉じゃが、おくらのおかか和え、すいか	麩のラスク(市販菓子) 幼児牛乳	麩とじゃがいもの煮物(麩、じゃがいも、玉ねぎ、人参) きゅうりのすり流し(きゅうり)、すいか	麩とじゃがいもの煮物(麩、じゃがいも、玉ねぎ、人参) きゅうりのすり流し(きゅうり)、すいか
20	木	バナナ 牛乳	鯖の照り焼き、ポテトサラダ、すまし汁	キャラメルプリン(ゼリー)	白身魚と野菜のとろみ煮(白身魚、なす、人参、葉ねぎ) ポテトサラダ(じゃがいも、人参、豆乳)	白身魚と野菜のとろみ煮(白身魚、なす、人参、葉ねぎ) ポテトサラダ(じゃがいも、人参、豆乳)
21	金	かし ミルク	夏野菜カレー、フレンチサラダ、金瓜 	かし ジョア 	鶏と野菜のコンソメ煮(鶏ささみ、玉ねぎ、なす、じゃがいも、かぼちゃ) キャベツサラダ(キャベツ、人参)、バナナ	鶏と野菜のコンソメ煮(鶏ささみ、玉ねぎ、なす、じゃがいも、かぼちゃ) キャベツサラダ(キャベツ、人参)、バナナ
22	土	かし		かし		
24	月	かし 牛乳	NEW:かつおの和風だれがらめ、キャベツの昆布和え、味噌汁	かし 牛乳	煮魚(白身魚)、味噌汁(じゃがいも、キャベツ)	煮魚(白身魚)、味噌汁(じゃがいも、キャベツ)
25	火	かし 牛乳	豆腐ハンバーグ、野菜添え、コーンスープ	カルピスゼリー	豆腐と野菜のコーンクリーム煮(豆腐、じゃがいも、玉ねぎ、コーンクリーム) きゅうりと人参のサラダ(きゅうり、人参)	豆腐と野菜のコーンクリーム煮(豆腐、じゃがいも、玉ねぎ、コーンクリーム) きゅうりと人参のサラダ(きゅうり、人参)
26	水	かし ミルク	酢鶏、豆腐とわかめ中華スープ、すいか 	NEW:ココア蒸しパン(凍り豆腐) 幼児牛乳	鶏と野菜のケチャップ煮(鶏ささみ、人参、玉ねぎ、ピーマン) 豆腐とねぎのスープ(豆腐、葉ねぎ)、すいか	鶏と野菜のケチャップ煮(鶏ささみ、人参、玉ねぎ、ピーマン) 豆腐とねぎのスープ(豆腐、葉ねぎ)、すいか
27	木	バナナ 牛乳	さばの塩焼き、南瓜サラダ、味噌汁 	フルーチェ(ゼリー)	白身魚とかぼちゃの煮物(白身魚、かぼちゃ、人参、きゅうり) 味噌汁(豆腐、大根、葉ねぎ)	白身魚とかぼちゃの煮物(白身魚、かぼちゃ、人参、きゅうり) 味噌汁(豆腐、大根、葉ねぎ)
28	金	かし 牛乳	トマトの麻婆豆腐、きゅうりの中華和え、バナナ	野菜マフィン 幼児牛乳  	トマトの麻婆豆腐風(豆腐、トマト、玉ねぎ、葉ねぎ) きゅうりのサラダ(きゅうり、人参)、バナナ	トマトの麻婆豆腐風(豆腐、トマト、玉ねぎ、葉ねぎ) きゅうりのサラダ(きゅうり、人参)、バナナ
29	土	かし		かし		
31	月	かし ミルク	鮭のムニエル、にんじんサラダ、コンソメスープ	アイスクリーム (ヨーグルト)	鮭とキャベツの豆乳煮(鮭、キャベツ、じゃがいも、玉ねぎ、豆乳) 人参サラダ(人参、きゅうり)	鮭とキャベツの豆乳煮(鮭、キャベツ、じゃがいも、玉ねぎ、豆乳) 人参サラダ(人参、きゅうり)

※おやつ()はひよこ組

※今月より、離乳食のメニューに使用食材を記載します。アレルギー等事故防止のため一度も食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で食べていただきますようお願いいたします。