

# 7月離乳食献立表



みのい乳児保育園

中期		後期		
献立名	材料名	献立名	材料名	
1 土	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 もやしの味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 もやし・人参・玉葱・わかめ・葱・味噌
3 月	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 玉葱・人参・胡瓜・醤油	米粥 煮込みハンバーグ 野菜の煮物 えのきの味噌汁	米 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・ソース・ケチャップ・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 えのき・玉葱・葱・豆腐・キャベツ・味噌
4 火	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 キャベツ・トマト・わかめ・醤油	
5 水	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 夏野菜のポトフ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 鶏もも肉・茄子・冬瓜・おくら・人参・玉葱・コンソメ・醤油・豆乳バター	
6 木	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 人参の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 人参・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	
7 金	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイのしそ焼き 冬瓜・醤油・砂糖 茄子・玉葱・わかめ・醤油	米粥 カレイ・大葉・醤油・酒・みりん・砂糖 冬瓜・鶏挽肉・醤油・酒・砂糖・片栗粉 茄子・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌	
8 土	煮込みうどん じやこ煮 野菜の煮物	うどん・玉葱・人参・わかめ・醤油 じらす・醤油・砂糖 南瓜・醤油・砂糖	煮込みうどん じやこ煮 南瓜の煮物	うどん・玉葱・人参・わかめ・醤油 じらす・醤油・砂糖 南瓜・砂糖・醤油
10 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏の甘辛煮 野菜の煮物 キャベツの味噌汁	米 鶏もも肉・生姜・醤油・酒・砂糖・みりん 人参・醤油・砂糖 キャベツ・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌	
11 火	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鮭のみりん漬け焼き モロヘイヤの和え物 じゃが芋の味噌汁	米 鮭・酒・みりん・醤油 モロヘイヤ・キャベツ・人参・もみのり・ごま・醤油 じゃが芋・人参・キャベツ・玉葱・わかめ・葱・味噌	
12 水	米粥 金時豆の煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 金時豆煮 レタスチョレギサラダ	米 金時豆・砂糖・醤油 人参・レタス・醤油・砂糖 玉葱・人参・チンゲン菜・醤油	米 金時豆・醤油・砂糖 レタス・人参・胡瓜・ミニトマト・もみのり・醤油・ごま・ごま油 玉葱・人参・チンゲン菜・醤油
13 木	<b>乳児わくわくフェスタ</b> 			
14 金	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏ささみの煮物 じやが芋・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じやが芋のおかか煮 なめこ汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じやが芋・醤油・酒・砂糖・かつお節 なめこ・玉葱・キャベツ・わかめ・葱・味噌
15 土	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 具だくさん汁	米粥 じらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・人参・じゃが芋・醤油	米 じらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 野菜の煮物 豆腐・人参・玉葱・じゃが芋・葱・味噌

★献立内容や材料の変更があるので、あらかじめご了承ください。

★マヨネーズ、チーズは卵乳不使用のものを使用しています。

★今月は旬の食材として茄子、モロヘイヤ、冬瓜、胡瓜、大葉などを取り入れています。

★調味料の中の「酒」は料理酒(アルコール度12%)を使用しています。

中期		後期		
献立名	材料名	献立名	材料名	
17 月				
18 火	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 冬瓜・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏のねぎ焼き 人参きんびら 冬瓜の味噌汁	米 鶏もも肉・葱・醤油・酒・みりん 人参・えのき・ごま油・砂糖・醤油・ごま 冬瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
19 水	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 じやが芋・人参・醤油・砂糖 レタス・玉葱・人参・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 じやが芋・人参・醤油・砂糖 レタス・玉葱・人参・醤油
20 木	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 トマト・キャベツ・醤油・砂糖 人参・玉葱・モロヘイヤ・醤油	米粥 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 野菜の煮物 モロヘイヤの味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 トマト・キャベツ・醤油・砂糖 モロヘイヤ・人参・えのき・玉葱・葱・豆腐・味噌
21 金	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・麸・わかめ・醤油	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 麸の味噌汁	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 麸・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
22 土	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米 じらす・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 じやが芋・玉葱・茄子・醤油	米粥 じやこ煮 コーンサラダ スープ	米 じらす・醤油・砂糖 キャベツ・人参・コーン缶・マヨネーズ・醤油 じやが芋・玉葱・茄子・醤油
24 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 豆腐の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 野菜の煮物 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
25 火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏レバーの甘辛煮 野菜の煮物 冬瓜・玉葱・人参・醤油	米粥 鶏レバーの甘辛煮 野菜の煮物 冬瓜の中華スープ	米 鶏レバー・生姜・醤油・砂糖・酒・ごま油 人参・醤油・砂糖 冬瓜・豚挽肉・玉葱・人参・葱・中華だし・酒・ごま
26 水	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米粥 じらす・醤油・砂糖 人参・南瓜・醤油・砂糖 玉葱・人参・キャベツ・醤油	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米 じらす・醤油・砂糖 人参・南瓜・醤油・砂糖 玉葱・人参・キャベツ・醤油
27 木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 カレイ・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 茄子・人参・玉葱・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 茄子・人参・玉葱・醤油
28 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 ピーマン・ソテー 南瓜の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 ピーマン・しらす干し・ごま油・酒・醤油・砂糖・ごま 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
29 土	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 スープ	米粥 じらす・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油	米粥 じやこ煮 野菜の煮物 わかめスープ	米 じらす・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・人参・ごま・中華だし・醤油
31 月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米粥 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・小松菜・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・小松菜・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 しめじの味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 キャベツ・小松菜・人参・もみのり しめじ・玉葱・葱・豆腐・キャベツ・味噌

