



# 7月離乳食献立表 後期



社会福祉法人 みつき福祉会  
みつき出雲郷保育園

|           | 献立名                     | 材料名                                 |                                                                                       |
|-----------|-------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>(水)  | おかゆ<br>かれいの味噌焼き<br>すまし汁 | 米<br>かれい・味噌<br>人参・かぼちゃ・玉葱・薄口醤油      |                                                                                       |
| 2<br>(木)  | おかゆ<br>豚肉の煮物<br>味噌汁     | 米<br>豚肉・醤油・砂糖<br>さつまいも・大根・青梗菜・味噌    |                                                                                       |
| 3<br>(金)  | おかゆ<br>そばろ煮<br>スープ      | 米<br>豚挽肉・醤油<br>人参・なす・トマト・薄口醤油       |                                                                                       |
| 4<br>(土)  | うどん<br>豆腐の煮物<br>スープ     | ゆでうどん<br>豆腐・醤油<br>人参・大根・玉葱・薄口醤油     |                                                                                       |
| 6<br>(月)  | おかゆ<br>鶏肉の煮物<br>味噌汁     | 米<br>鶏肉・醤油・砂糖<br>人参・きゅうり・なす・味噌      |                                                                                       |
| 7<br>(火)  | おかゆ<br>さけの照り焼き<br>スープ   | 米<br>さけ・醤油・砂糖<br>人参・玉葱・キャベツ・薄口醤油    |                                                                                       |
| 8<br>(水)  | おかゆ<br>ささみの煮物<br>味噌汁    | 米<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>かぼちゃ・大根・きゅうり・味噌 |  |
| 9<br>(木)  | おかゆ<br>鶏の照り焼き<br>味噌汁    | 米<br>鶏肉・醤油・砂糖<br>人参・玉葱・なす・味噌        |                                                                                       |
| 10<br>(金) | おかゆ<br>ささみの煮物<br>スープ    | 米<br>鶏ささみ・醤油・片栗粉<br>人参・大根・きゅうり・薄口醤油 |                                                                                       |
| 11<br>(土) | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>味噌汁     | 米<br>豆腐・醤油<br>人参・玉葱・キャベツ・味噌         |                                                                                       |
| 13<br>(月) | おかゆ<br>鶏の照り焼き<br>味噌汁    | 米<br>鶏肉・醤油・砂糖<br>人参・きゅうり・玉葱・味噌      |                                                                                       |
| 14<br>(火) | うどん<br>豆腐の煮物<br>スープ     | ゆでうどん<br>豆腐・醤油<br>人参・大根・きゅうり・薄口醤油   |                                                                                       |
| 15<br>(水) | おかゆ<br>卵焼き<br>味噌汁       | 米<br>卵・醤油<br>人参・じゃがいも・玉葱・味噌         |                                                                                       |
| 16<br>(木) | おかゆ<br>煮魚<br>味噌汁        | 米<br>さば・醤油<br>人参・大根・キャベツ・味噌         |                                                                                       |

|           | 献立名                   | 材料名                                |                                                                                       |
|-----------|-----------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 17<br>(金) | おかゆ<br>ハンバーグ<br>味噌汁   | 米<br>豚挽肉・醤油<br>人参・きゅうり・玉葱・味噌       |                                                                                       |
| 18<br>(土) | おかゆ<br>豆腐の煮物<br>味噌汁   | 米<br>豆腐・醤油<br>人参・なす・キャベツ・味噌        |                                                                                       |
| 20<br>(月) | 海の日（祝日休園）             |                                    |                                                                                       |
| 21<br>(火) | おかゆ<br>鶏の照り焼き<br>味噌汁  | 米<br>鶏肉・醤油・砂糖<br>人参・きゅうり・小松菜・味噌    |                                                                                       |
| 22<br>(水) | おかゆ<br>豚肉の煮物<br>スープ   | 米<br>豚肉・醤油・砂糖<br>人参・きゅうり・玉葱・薄口醤油   |    |
| 23<br>(木) | おかゆ<br>鶏肉の煮物<br>味噌汁   | 米<br>鶏肉・醤油<br>人参・なす・ほうれん草・味噌       |                                                                                       |
| 24<br>(金) | おかゆ<br>さけの照り焼き<br>味噌汁 | 米<br>さけ・醤油・砂糖<br>さつまいも・きゅうり・玉葱・味噌  |                                                                                       |
| 25<br>(土) | うどん<br>豆腐の煮物<br>スープ   | 米<br>豆腐・醤油<br>人参・きゅうり・大根・薄口醤油      |                                                                                       |
| 27<br>(月) | おかゆ<br>ローストチキン<br>スープ | 米<br>鶏肉・醤油・砂糖<br>人参・じゃがいも・トマト・薄口醤油 |                                                                                       |
| 28<br>(火) | おかゆ<br>豚肉の味噌煮<br>すまし汁 | 米<br>豚肉・味噌<br>人参・きゅうり・玉葱・薄口醤油      |                                                                                       |
| 29<br>(水) | おかゆ<br>ハンバーグ<br>味噌汁   | 米<br>豚挽肉・醤油<br>人参・なす・小松菜・味噌        |  |
| 30<br>(木) | おかゆ<br>煮魚<br>味噌汁      | 米<br>さば・醤油・砂糖<br>人参・きゅうり・玉葱・味噌     |                                                                                       |
| 31<br>(金) | おかゆ<br>レバーの煮物<br>味噌汁  | 米<br>鶏レバー・醤油<br>人参・大根・キャベツ・味噌      |                                                                                       |

※天候等の理由により、一部献立がかわる場合もありますので、あらかじめご了承ください。