

2019年 7月 離乳中期食 予定献立表

どんぐりこども園

	献立名	材料名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 (月) 29 (月)	おかゆ	米		
	白身魚の煮つけ		メルルーサ	
	ブロッコリーとじゃが芋の煮物	じゃが芋		ブロッコリー、玉ねぎ
	豆腐とねぎのすまし汁		木綿豆腐、かつお・昆布だし	ねぎ
2 (火) 16 (火)	トマトとツナのそうめん	そうめん	ツナ缶	トマト
	温野菜の煮物	じゃが芋		人参、ブロッコリー、かぼちゃ
	玉ねぎの豆乳スープ		かつお・昆布だし、豆乳、水煮大豆	玉ねぎ
3 (水) 17 (水)	おかゆ	米		
	肉団子		豚ひき肉	玉ねぎ
	レタスときゅうりの煮物			レタス、きゅうり
4 (木) 18 (木)	キャベツと玉ねぎのみそ汁		かつお・昆布だし、みそ	キャベツ、玉ねぎ
	おかゆ	米		
	豆腐のそぼろ煮		木綿豆腐、豚ひき肉	
	マッシュポテト	じゃが芋		
5 (金)	野菜スープ	さつまい	かつお・昆布だし	人参、玉ねぎ
	七タそうめん	そうめん		人参、玉ねぎ
	ささみときゅうりの煮物		鶏ささみ	きゅうり、レタス
6 (土) 20 (土)	トマトスープ		かつお・昆布だし	トマト缶、キャベツ、人参
	ビビンバ丼風 (おかゆ)	米	豚ひき肉	人参、小松菜、
8 (月) 30 (火)	玉ねぎと人参のスープ		かつおだし	人参、玉ねぎ
	大豆入りタコライス風 (おかゆ)	米	水煮大豆、豚ひき肉	玉ねぎ、人参、トマト
	人参ときゅうりの煮物			人参、きゅうり
9 (火) 23 (火)	じゃが芋と玉ねぎのスープ	じゃが芋	かつお・昆布だし	玉ねぎ
	豚肉となすのケチャップライス (おかゆ)	米	豚ひき肉	人参、玉ねぎ、なす
	豆腐とさつまいの煮物	さつまい	木綿豆腐	
10 (水) 24 (水)	キャベツとじゃが芋のすまし汁	じゃが芋	かつお・昆布だし	キャベツ
	おかゆ	米		
	豚肉の煮物		豚ひき肉	
	豆腐とブロッコリーのしらす和え物		しらす干し、木綿豆腐	ブロッコリー
11 (木) 25 (木)	人参と麩のスープ	麩	かつお・昆布だし	人参
	パンがゆ (粉ミルク)	食パン	粉ミルク	
	ささみの煮物		鶏ささみ	
	キャベツと人参の和え物			キャベツ、人参
12 (金)	白菜と玉ねぎのスープ		かつお・昆布だし	白菜、玉ねぎ
	納豆ごはん (おかゆ)	米	ひきわり納豆、	
	なすのそぼろ煮		鶏ひき肉	なす
13 (土) 27 (土)	豆腐と麩のみそ汁	麩	かつお・昆布だし、木綿豆腐、みそ	
	肉味噌そうめん	そうめん	豚ひき肉、かつおだし、みそ	なす
19 (金) 31 (水)	人参ときゅうりの煮物			人参、きゅうり
	おかゆ	米		
	豚肉とキャベツの煮物		豚ひき肉	キャベツ
22 (月)	人参の和え物	じゃが芋		人参
	じゃが芋と麩のみそ汁	じゃが芋、麩	みそ、かつお・昆布だし	
	さわらの煮付け	米	さわら	
26 (金)	キャベツと人参の煮物			人参、キャベツ
	さつまいと玉ねぎのみそ汁	さつまい	みそ、かつお・昆布だし	玉ねぎ
	具沢山そうめん汁	そうめん	かつお・昆布だし	ねぎ、人参、えだまめ
	ミートローフ風		豚ひき肉	玉ねぎ
	豆腐とコーンの煮物		木綿豆腐	とうもろこし

※食材の入荷状況により、材料を変更する場合があります。ご承知おき下さい。

2019年 7月 離乳後期食 予定献立表

どんぐりこども園

	献立名	材料名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 (月) 29 (月)	軟飯	米		
	白身魚の煮つけ		メルルーサ	
	ブロッコリーとじゃが芋の煮物	じゃが芋		ブロッコリー、玉ねぎ
	豆腐とねぎのすまし汁		木綿豆腐、かつお・昆布だし	ねぎ
2 (火) 16 (火)	トマトとツナの Pasta	スパゲッティ	ツナ缶	トマト
	温野菜の煮物	じゃが芋		人参、ブロッコリー、かぼちゃ
	玉ねぎの豆乳スープ		かつお・昆布だし、豆乳、水煮大豆	玉ねぎ
3 (水) 17 (水)	軟飯	米		
	肉団子		豚ひき肉	玉ねぎ
	ひじきとレタスの煮物		ひじき	レタス、きゅうり
	キャベツと玉ねぎのみそ汁		かつお・昆布だし、みそ	キャベツ、玉ねぎ
4 (木) 18 (木)	軟飯	米		
	豆腐のそぼろ煮		木綿豆腐、豚ひき肉	
	マッシュポテト	じゃが芋		
	野菜スープ	さつまい	かつお・昆布だし	人参、玉ねぎ
5 (金)	七タそうめん	そうめん		人参、玉ねぎ
	ささみときゅうりの煮物		鶏ささみ	きゅうり、レタス
	トマトスープ		かつお・昆布だし	トマト缶、キャベツ、人参
6 (土) 20 (土)	ビビンバ丼風 (軟飯)	米	豚ひき肉	人参、小松菜、
	玉ねぎとわかめのスープ		かつおだし、わかめ	人参、玉ねぎ
8 (月) 30 (火)	大豆入りタコライス風 (軟飯)	米	水煮大豆、豚ひき肉	玉ねぎ、人参、トマト
	人参ときゅうりの煮物			人参、きゅうり
	じゃが芋と玉ねぎのスープ	じゃが芋	かつお・昆布だし	玉ねぎ
9 (火) 23 (火)	豚肉となすのケチャップライス (軟飯)	米	豚ひき肉	人参、玉ねぎ、なす
	豆腐とさつまいの煮物	さつまい	木綿豆腐	
	キャベツとじゃが芋のすまし汁	じゃが芋	かつお・昆布だし	キャベツ
10 (水) 24 (水)	軟飯	米		
	豚肉の煮物		豚もも肉	
	豆腐とブロッコリーのしらす和え物		しらす干し、木綿豆腐	ブロッコリー
	人参と麩のスープ	麩	かつお・昆布だし	人参
11 (木) 25 (木)	食パン	食パン		
	ささみの煮物		鶏ささみ	
	キャベツと人参の和え物			キャベツ、人参
	白菜と玉ねぎのスープ		かつお・昆布だし	白菜、玉ねぎ
12 (金)	納豆ひじきごはん (軟飯)	米	ひきわり納豆、ひじき	
	なすのそぼろ煮		鶏ひき肉	なす
	豆腐と麩のみそ汁	麩	かつお・昆布だし、木綿豆腐、みそ	
13 (土) 27 (土)	肉味噌そうめん	そうめん	豚ひき肉、かつおだし、みそ	なす
	人参ときゅうりの煮物			人参、きゅうり
19 (金) 31 (水)	軟飯	米		
	豚肉とキャベツの煮物		豚もも肉	キャベツ
	人参とわかめの和え物	じゃが芋	わかめ	人参
	じゃが芋と麩のみそ汁	じゃが芋、麩	みそ、かつお・昆布だし	
22 (月)	軟飯	米		
	さわらの煮付け		さわら	
	キャベツと人参の煮物			人参、キャベツ
	さつまいと玉ねぎのみそ汁	さつまい	みそ、かつお・昆布だし	玉ねぎ
26 (金)	具沢山そうめん汁	そうめん	かつお・昆布だし	ねぎ、人参、えだまめ
	ミートローフ風		豚ひき肉、ひじき	玉ねぎ
	豆腐とコーンの煮物		木綿豆腐	とうもろこし

※食材の入荷状況により、材料を変更する場合があります。ご承知おき下さい。