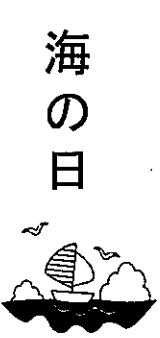


# ★ 7月 献立表 (本園離乳食完了期) ★

|     | 1<br>月  | 2<br>火   | 3<br>水  | 4<br>木   | 5<br>金   | 6<br>土  | 8<br>月  | 9<br>火   | 10<br>水  | 11<br>木  | 12<br>金  | 13<br>土  | 15<br>月   |  |
|-----|---|--|---|--|--|---|---|--|--|--|--|--|---|--|
| 10時 | ■ごはん<br>米<br>■鮭の西京焼き<br>秋鮭<br>しお<br>甘みそ<br>さとう<br>■ほうれん草の和えもの<br>ほうれん草<br>にんじん<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■すまし汁<br>とうふ<br>カットわかめ<br>青ねぎ<br>淡口しょうゆ<br>しお<br>みりん風<br>だし昆布<br>削りぶし  | ■ごはん<br>米<br>■豚肉の生姜炒め<br>ぶたにく<br>たまねぎ<br>緑豆もやし<br>にんじん<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■しょうが<br>しょうが<br>キャノーラ油<br>■がんとどき<br>がんとどき<br>にんじん<br>きぬぎや<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■みそしる<br>みそしる<br>はくさい<br>青ねぎ<br>みそ<br>だし昆布<br>削りぶし | ■ごはん<br>米<br>■鶏のマーマレード焼き<br>とりにく<br>マーマレード<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■プロッコリーのわかめ和え<br>プロッコリー<br>にんじん<br>かつおぶし<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■スープ<br>きやべつ<br>コーン<br>★パイオン<br>しお      | ■冷やし中華風<br>中華めん<br>ロースハム<br>緑豆もやし<br>きゅうり<br>ツナ水煮<br>コーン<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■殺物酢<br>殺物酢<br>■鶏がらスープ<br>ごま油<br>■金平ごぼう<br>ごぼう<br>にんじん<br>ぶたにく<br>ごま油<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>白ごま | ■七夕献立☆<br>七夕カレー<br>米<br>とりにく<br>たまねぎ<br>じゃが芋<br>にんじん<br>キャノーラ油<br>カレールウ<br>★パイオン<br>おくら<br>■コーンサラダ<br>コーン<br>たまねぎ<br>きゅうり<br>にんじん<br>マヨネーズ                   | ■麻婆丼<br>米<br>とうふ<br>豚ひき肉<br>たまねぎ<br>しょうが<br>みそ<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■鶏がらスープ<br>ごま油<br>■インゲンの中華和え<br>さやいんげん<br>にんじん<br>ごま油<br>殺物酢<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■中華スープ<br>緑豆もやし<br>カットわかめ<br>鶏がらスープ<br>淡口しょうゆ | ■ごはん<br>米<br>■鯖の塩焼き<br>さば<br>青ねぎ<br>みそ<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■キャノーラ油<br>キャノーラ油<br>■ほうれん草と白菜の和えもの<br>ほうれん草<br>はくさい<br>にんじん<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■すまし汁<br>だいこん<br>えのき<br>青ねぎ<br>淡口しょうゆ<br>しお<br>みりん風<br>だし昆布<br>削りぶし | ■ごはん<br>米<br>■スタミナ炒め<br>ぶたにく<br>たまねぎ<br>にんじん<br>赤ピーマン<br>黄ピーマン<br>焼肉のたれ<br>ごま油<br>■春雨サラダ<br>春雨<br>はくさい<br>にんじん<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■すまし汁<br>だいこん<br>えのき<br>青ねぎ<br>淡口しょうゆ<br>しお<br>みりん風<br>だし昆布<br>削りぶし | ■わかめうどん<br>うどん<br>とりにく<br>カットわかめ<br>青ねぎ<br>だし昆布<br>削りぶし<br>さとう<br>■みりん風<br>みりん風<br>■インゲンのツナ和え<br>さやいんげん<br>にんじん<br>たまねぎ<br>ツナ水煮<br>さとう<br>濃口しょうゆ   | ■ドライカレー<br>米<br>鶏ひき肉<br>たまねぎ<br>にんじん<br>赤ピーマン<br>黄ピーマン<br>トマト缶<br>ケチャップ<br>キャノーラ油<br>しお<br>カレー粉<br>カレールウ<br>パイオン<br>パセリ缶<br>■大根サラダ<br>だいこん<br>コーン<br>にんじん<br>殺物酢<br>さとう<br>濃口しょうゆ<br>■スープ<br>きやべつ<br>ほうれん草<br>パイオン<br>しお | ■豚丼<br>ぶたにく<br>たまねぎ<br>にんじん<br>青ねぎ<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■だし昆布<br>だし昆布<br>削りぶし<br>■プロッコリーの和え物<br>プロッコリー<br>にんじん<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■みそしる<br>みそしる<br>はくさい<br>青ねぎ<br>みそ<br>だし昆布<br>削りぶし                     | 海の日<br>   |   |  |
| 3時  | ■ポップコーン<br>ポップコーンの素<br>キャノーラ油<br>しお<br>■牛乳<br>牛乳  | ■クラッカー・ジャムサンド<br>クラッカー<br>いちごジャム<br>■牛乳<br>牛乳  | ■きなこクッキー<br>きなこ<br>こめ粉<br>きな粉<br>■ベキングパウダー<br>マーガリン<br>キャノーラ油<br>さとう<br>■牛乳<br>牛乳   | ■わかめおにぎり<br>米<br>わかめ<br>■お茶<br>ほうじ茶  | ■フルーツ (もも缶)<br>もも缶<br>■牛乳<br>牛乳  | ■源氏パイ<br>源氏パイ<br>■牛乳<br>牛乳  | ■ボンマシマロ<br>ボンマシマロ<br>■牛乳<br>牛乳  | ■フルーツ (みかん缶)<br>みかん缶<br>■牛乳<br>牛乳  | ■ココアクッキー<br>ココア<br>こめ粉<br>ココア<br>■ベキングパウダー<br>マーガリン<br>キャノーラ油<br>さとう<br>■牛乳<br>牛乳  | ■おからおにぎり<br>米<br>かつおぶし<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■お茶<br>ほうじ茶   | ■フルーツ (カクテル缶)<br>ミックスフルーツ缶<br>■牛乳<br>牛乳  | ■ココナッツサブレ<br>ココナッツサブレ<br>■牛乳<br>牛乳   |   |  |
| 10時 | ■ごはん<br>米<br>■豆腐ハンバーグ<br>とうふハンバーグ<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>みりん風<br>■オクラのおかか和え<br>おくら<br>にんじん<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>かつおぶし<br>■みそしる<br>たまねぎ<br>カットわかめ<br>青ねぎ<br>みそ<br>だし昆布<br>削りぶし | ■ごはん<br>米<br>■豚肉のボン酢炒め<br>ぶたにく<br>たまねぎ<br>にんじん<br>ピーマン<br>トマト缶<br>ケチャップ<br>ポンス<br>さとう<br>しお<br>キャノーラ油<br>■インゲンの和え物<br>さやいんげん<br>にんじん<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■みそしる<br>みそしる<br>あぶらあげ<br>青ねぎ<br>みそ<br>だし昆布<br>削りぶし | ■ナポリタン<br>スパゲティ<br>鶏ひき肉<br>たまねぎ<br>にんじん<br>ピーマン<br>トマト缶<br>ケチャップ<br>さとう<br>パイオン<br>しお<br>キャノーラ油<br>■ミニポトフ<br>だいこん<br>マーケイン<br>プロッコリー<br>にんじん<br>ウインナー<br>パイオン<br>しお | ■ポークカレー<br>米<br>ぶたにく<br>メークイン<br>たまねぎ<br>しょうが<br>にんじん<br>キャノーラ油<br>カレールウ<br>パイオン<br>■マカロニサラダ<br>マカロニ<br>きゅうり<br>にんじん<br>マヨネーズ  | ■鶏のすき焼き風丼<br>米<br>とりにく<br>たまねぎ<br>糸こんにゃく<br>にんじん<br>青ねぎ<br>キャノーラ油<br>さとう<br>濃口しょうゆ<br>■小松菜の和え物<br>ごま油<br>■みそしる<br>みそしる<br>あぶらあげ<br>青ねぎ<br>みそ<br>だし昆布<br>削りぶし | ■ごはん<br>米<br>■たらの煮付け<br>たら<br>しょうが<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■ほうれん草のおかか和え<br>ほうれん草<br>にんじん<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>かつおぶし<br>■みそしる<br>みそしる<br>あぶらあげ<br>青ねぎ<br>みそ<br>だし昆布<br>削りぶし                             | ■ごはん<br>米<br>■鶏の唐揚げ<br>とりにく<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>かたくり粉<br>こめ粉<br>キャノーラ油<br>■もやしの和え物<br>もやし<br>きゅうり<br>にんじん<br>さとう<br>濃口しょうゆ<br>■すまし汁<br>ごま油<br>みりん風<br>だし昆布<br>削りぶし  | ■ごはん<br>米<br>■豚肉の胡麻醤油炒め<br>ぶたにく<br>たまねぎ<br>にんじん<br>プロッコリー<br>にんじん<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>白ごま<br>キャノーラ油<br>■切干だいこん<br>にんじん<br>きぬぎや<br>淡口しょうゆ<br>さとう<br>削りぶし<br>■きやべつ<br>あぶらあげ<br>青ねぎ<br>みそ<br>だし昆布<br>削りぶし | ■冷やしきつねうどん<br>うどん<br>あぶらあげ<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>削りぶし<br>カットわかめ<br>青ねぎ<br>だし昆布<br>削りぶし<br>しお<br>さとう<br>淡口しょうゆ<br>■みりん風<br>みりん風<br>■野菜炒め<br>ぶたにく<br>たまねぎ<br>にんじん<br>緑豆もやし<br>さやいんげん<br>キャノーラ油<br>鶏がらスープ<br>しお<br>濃口しょうゆ | ■カレーピラフ<br>米<br>ウインナー<br>たまねぎ<br>にんじん<br>キャノーラ油<br>しお<br>カレー粉<br>パイオン<br>パセリ缶<br>■コーンスローサラダ<br>きやべつ<br>にんじん<br>コーン<br>マヨネーズ<br>■スープ<br>緑豆もやし<br>ほうれん草<br>パイオン<br>しお  | ■中華丼<br>米<br>ぶたにく<br>はくさい<br>たまねぎ<br>にんじん<br>キャノーラ油<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■鶏がらスープ<br>かたくり粉<br>プロッコリーの中華和え<br>プロッコリー<br>にんじん<br>ごま油<br>殺物酢<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■中華スープ<br>たまねぎ<br>カットわかめ<br>鶏がらスープ<br>淡口しょうゆ | ■ごはん<br>米<br>■鶏の味噌煮<br>さば<br>しょうが<br>みそ<br>さとう<br>みりん風<br>濃口しょうゆ<br>削りぶし<br>■オクラの和え物<br>おくら<br>にんじん<br>濃口しょうゆ<br>さとう<br>■すまし汁<br>きやべつ<br>青ねぎ<br>みそ<br>みりん風<br>淡口しょうゆ | ■ごはん<br>米<br>■ポークチャップ<br>ぶたにく<br>たまねぎ<br>マッシュルーム<br>ケチャップ<br>さとう<br>みりん風<br>濃口しょうゆ<br>削りぶし<br>■キャノーラ油<br>キャノーラ油<br>■ポテトサラダ<br>メークイン<br>きゅうり<br>にんじん<br>マヨネーズ<br>しお<br>■スープ<br>たまねぎ<br>ごま油<br>パイオン<br>しお | ■ごはん<br>米<br>■鶏のしょうゆこうじ焼き<br>とりにく<br>醤油<br>■キャベツの酢の物<br>キャベツ<br>きやべつ<br>カットわかめ<br>にんじん<br>殺物酢<br>さとう<br>濃口しょうゆ<br>削りぶし<br>■みそしる<br>みそしる<br>ほうれん草<br>みそ<br>だし昆布<br>削りぶし |
| 3時  | ■ポップコーン (きなこ)<br>ポップコーンの素<br>キャノーラ油<br>きな粉<br>さとう<br>■牛乳<br>牛乳  | ■セザミクッキー<br>こめ粉<br>ベキングパウダー<br>黒ごま<br>マーガリン<br>キャノーラ油<br>さとう<br>■牛乳<br>牛乳  | ■いなりにおにぎり<br>米<br>あぶらあげ<br>さとう<br>濃口しょうゆ<br>■お茶<br>ほうじ茶   | ■フルーツ (すいか)<br>すいか<br>■牛乳<br>牛乳  | ■源氏パイ<br>源氏パイ<br>■牛乳<br>牛乳   | ■お麩のラスク<br>お麩<br>マーガリン<br>さとう<br>■牛乳<br>牛乳  | ■フルーツ (みかん缶)<br>みかん缶<br>■牛乳<br>牛乳   | ■抹茶クッキー<br>抹茶<br>■ベキングパウダー<br>マーガリン<br>キャノーラ油<br>さとう<br>■牛乳<br>牛乳  | ■菜めしおにぎり<br>米<br>菜めし<br>■お茶<br>ほうじ茶  | ■フルーツ (もも缶)<br>もも缶<br>■牛乳<br>牛乳  | ■ココナッツサブレ<br>ココナッツサブレ<br>■牛乳<br>牛乳   | ■ブルーベリージャムサンド<br>ココナッツサブレ<br>ブルーベリージャム<br>■牛乳<br>牛乳  | ■高野豆腐のココアトースト<br>高野豆腐<br>さとう<br>ココア<br>とうりゅう<br>■牛乳<br>牛乳   | ■キャロットクッキー<br>キャロットクッキー<br>にんじん<br>ベキングパウダー<br>マーガリン<br>キャノーラ油<br>さとう<br>■牛乳<br>牛乳   |