

離乳食献立 7月

	みそ汁	材 料（1回食）	献 立 名	材 料（2回食）
1 (火)	白がゆ けんちん汁	米 豆腐、人参、花切干、あさつき だし、しょうゆ	白がゆ 白身魚のクリーム煮	米 白身魚、じゃが芋、きゅうり、コーン缶 ホワイトソース
2 (水)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、玉ねぎ、もやし、油揚げ だし、みそ	白がゆ 豚肉のじゃが芋きんぴら	米 じゃが芋、豚肉、人参、ピーマン だし、しょうゆ
3 (木)	白がゆ みそ汁	米 生揚げ、じゃが芋、キャベツ、ささげ だし、みそ	白がゆ 鶏肉とピーマンの炒め煮	米 鶏肉、玉ねぎ、ピーマン、人参 だし、しょうゆ
4 (金)	白がゆ すまし汁	米 かいわれ、オクラ、きゅうり だし、しょうゆ	白がゆ 味噌煮	米 豚肉、玉ねぎ、キャベツ、ピーマン だし、みそ
7 (月)	白がゆ 七夕汁	米 乾めん、オクラ、わかめ だし、しょうゆ	白がゆ 豚肉の炒め煮	米 豚肉、玉ねぎ、キャベツ、人参 だし、しょうゆ
8 (火)	白がゆ 夏野菜スープ	米 かぼちゃ、ズッキーニ、コーン缶、トマト コンソメ	人参がゆ 白身魚のやわらか煮	米、人参 白身魚、キャベツ、きゅうり、なす だし、しょうゆ
9 (水)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨、わかめ、油揚げ 野菜スープ	白がゆ 野菜の味噌煮	米 もやし、人参、キャベツ、きゅうり だし、みそ
10 (木)	白がゆ オニオンスープ	米 玉ねぎ、じゃが芋、パセリ コンソメ	白がゆ 鶏肉の和風煮	米 鶏肉、あさつき、キャベツ だし、しょうゆ
11 (金)	白がゆ すまし汁	米 かいわれ、キャベツ、きゅうり だし、しょうゆ	白がゆ 生揚げとじゃが芋の味噌煮	米 生揚げ、豚肉、じゃが芋、人参 だし、みそ
14 (月)	白がゆ コーンスープ	米 コーン缶、玉ねぎ、人参、きゅうり コーンクリーム	かぼちゃがゆ 鶏肉と夏野菜の煮物	米、かぼちゃ 鶏肉、なす、ズッキーニ、ピーマン だし、しょうゆ
15 (火)	白がゆ ミネストローネ	米 トマト缶、玉ねぎ、じゃが芋、マカロニ コンソメ	白がゆ 白身魚のやわらか煮	米 白身魚、キャベツ、きゅうり、人参 だし、しょうゆ
16 (水)	白がゆ みそ汁	米 玉ねぎ、なす、もやし、かぼちゃ だし、みそ	ひじきがゆ 炒り豆腐	米、ひじき 豆腐、鶏ミンチ、人参、みつば だし、しょうゆ
17 (木)	白がゆ きしめん汁	米 乾めん、油揚げ、あさつき、玉ねぎ だし、しょうゆ	白がゆ 肉じゃが	米 豚肉、じゃが芋、人参、グリーンピース だし、しょうゆ
18 (金)	白がゆ キャベツスープ	米 キャベツ、パセリ、人参 ホワイトソース	白がゆ 鶏そぼろのケチャップ煮	米 鶏ミンチ、玉ねぎ、じゃが芋、グリーンピース ケチャップ
22 (火)	白がゆ 星のスープ	米 オクラ、コーン缶、わかめ、きゅうり だし、しょうゆ	白がゆ 豚肉の和風煮	米 豚肉、人参、グリーンピース、キャベツ だし、しょうゆ
23 (水)	白がゆ じゃが芋スープ	米 じゃが芋、もやし、パセリ、きゅうり コンソメ	白がゆ 鶏そぼろのふわふわ煮	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、キャベツ ケチャップ
24 (木)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨、レタス、玉ねぎ、きゅうり コーンクリーム	白がゆ マーボーなす	米 鶏ミンチ、なす、じゃが芋、人参 だし、みそ
25 (金)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、わかめ、油揚げ だし、みそ	白がゆ かわりきんぴら	米 豚肉、ピーマン、人参、かぼちゃ だし、しょうゆ
28 (月)	白がゆ レタススープ	米 レタス、コーン缶、マカロニ、きゅうり 野菜スープ	白がゆ 彩い野菜の炒め煮	米 玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ だし、しょうゆ
29 (火)	白がゆ すまし汁	米 人参、花切干、あさつき だし、しょうゆ	白がゆ 白身魚のふわふわ煮	米 白身魚、キャベツ、きゅうり、豆腐 だし、しょうゆ
30 (水)	白がゆ わかめスープ	米 わかめ、人参、きゅうり だし、しょうゆ	白がゆ 白身魚の和風煮	米 白身魚、人参、きゅうり だし、しょうゆ
31 (木)	白がゆ スープ/パスタ	米 じゃが芋、もやし、パセリ、マカロニ コーンクリーム	人参がゆ 豚肉と玉ねぎの炒め煮	米、人参 豚肉、玉ねぎ、ピーマン、キャベツ だし、しょうゆ

【注】

アレルギーの初発事故を防ぐため、献立に使用されている食品の中で「食べたことがない食材」がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、何ら症状が誘発されないことを確認してください。
保育園では、安全を最優先にいたしますので、家庭で試すことができなかった場合はご連絡ください。