



# 2019年6月 離乳食(中期)予定献立表



瑞江わんぱく保育園

日	曜日	午前	材料	午後	材料
1	土	七倍粥 スープ 白身魚の照り煮 二色煮	米 白菜 たら・南瓜・玉ねぎ・片栗粉 人参	煮込みうどん 南瓜の煮物 白菜の煮浸し	うどん・鶏ささみ・人参・玉ねぎ 南瓜・人参・片栗粉 白菜
2	日	七倍粥 スープ ささみのくず煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 玉ねぎ 鶏ささみ・人参・白菜・片栗粉 ブロッコリー・人参	七倍粥 スープ ツナと野菜の煮物 白菜の煮浸し	米 麩 ツナ・人参・さつま芋・片栗粉 人参・胡瓜・片栗粉
3	月	七倍粥 スープ さけの照り煮 二色野菜の煮物	米 麩 さけ・キャベツ・玉ねぎ・片栗粉 人参・大根	七倍粥 スープ ささみのくず煮 キャベツの煮浸し	米 大根 鶏ささみ・人参・玉ねぎ・片栗粉 キャベツ・片栗粉
4	火	七倍粥 スープ ささみの照り煮 カリフラワーの煮物	米 人参 鶏ささみ・いんげん・玉ねぎ・片栗粉 カリフラワー・胡瓜・片栗粉	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 じゃが芋のやわらか煮	米 いんげん 豆腐・カリフラワー・人参・片栗粉 じゃが芋・片栗粉
5	水	七倍粥 スープ 白身魚と野菜の煮物 ブロッコリーのやわらか煮	米 玉ねぎ たら・青梗菜・人参・片栗粉 ブロッコリー	煮込みうどん 青梗菜の煮浸し 人参のやわらか煮	うどん・鶏ささみ・ブロッコリー・玉ねぎ 青梗菜・玉ねぎ・片栗粉 人参・片栗粉
6	木	七倍粥 スープ ささみのスープ煮 人参のやわらか煮	米 ほうれん草 鶏ささみ・キャベツ・玉ねぎ・片栗粉 人参	七倍粥 スープ 豆腐のあんかけ 南瓜の煮物	米 キャベツ 豆腐・ほうれん草・玉ねぎ・片栗粉 南瓜・片栗粉
7	金	七倍粥 スープ 豆腐と野菜の煮物 二色野菜の煮物	米 麩 豆腐・キャベツ・玉ねぎ・片栗粉 胡瓜・人参	七倍粥 スープ 白身魚のあんかけ キャベツの煮浸し	米 玉ねぎ かれい・玉ねぎ・人参・片栗粉 キャベツ・片栗粉
8	土	七倍粥 スープ ささみの照り煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 麩 鶏ささみ・ほうれん草・玉ねぎ・片栗粉 ブロッコリー・人参	七倍粥 スープ 豆腐の味噌煮 ほうれん草の煮浸し	米 玉ねぎ 豆腐・人参・玉ねぎ・片栗粉 ほうれん草・人参・片栗粉
9	日	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 かぼちゃの煮物	米 玉ねぎ 豆腐・玉ねぎ・人参・片栗粉 南瓜・人参	七倍粥 スープ 白身魚と野菜の煮物 大根のやわらか煮	米 麩 たら・南瓜・人参・片栗粉 大根・玉ねぎ・片栗粉
10	月	七倍粥 スープ 白身魚の煮物 大根のやわらか煮	米 ほうれん草 かれい・いんげん・玉ねぎ・片栗粉 大根・人参	七倍粥 スープ 豆腐のあんかけ ほうれん草の煮浸し	米 玉ねぎ 豆腐・いんげん・人参・片栗粉 ほうれん草・片栗粉
11	火	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 白菜の煮浸し	米 玉ねぎ 豆腐・玉ねぎ・小松菜・片栗粉 白菜・人参	七倍粥 スープ ささみの照り煮 人参のやわらか煮	米 小松菜 鶏ささみ・白菜・トマト・片栗粉 人参・片栗粉
12	水	七倍粥 スープ 白身魚と野菜の味噌煮 二色野菜の煮物	米 玉ねぎ かれい・小松菜・人参・片栗粉 大根・人参	煮込みうどん 小松菜のやわらか煮 じゃが芋の煮物	うどん・大根・鶏ささみ・玉ねぎ 小松菜・人参・片栗粉 じゃが芋・片栗粉
13	木	七倍粥 スープ さけの照り煮 人参の煮物	米 麩 さけ・キャベツ・玉ねぎ・片栗粉 人参	七倍粥 スープ 大豆と野菜のトマト煮 キャベツのやわらか煮	米 人参 大豆水煮・玉ねぎ・トマト・片栗粉 キャベツ・玉ねぎ・片栗粉
14	金	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 二色煮	米 人参 豆腐・キャベツ・玉ねぎ・片栗粉 じゃが芋・胡瓜	七倍粥 スープ 白身魚の煮物 キャベツの煮浸し	米 玉ねぎ かれい・じゃが芋・人参・片栗粉 キャベツ
15	土	七倍粥 スープ 白身魚の照り煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 青梗菜 たら・キャベツ・玉ねぎ・片栗粉 ブロッコリー・人参	煮込みうどん 青梗菜の煮浸し 人参のやわらか煮	うどん・しらす・キャベツ・ブロッコリー 青梗菜・人参・片栗粉 人参

\*材料の入荷状況や、配達、天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。  
\*だし汁には、かつお節・昆布・煮干しを使用しています。  
\*調味料として、醤油・三温糖・塩・味噌・サラダ油を使用しています。

日	曜日	午前	材料	午後	材料
16	日	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 二色煮	米 南瓜 豆腐・玉ねぎ・いんげん・片栗粉 大根・人参	七倍粥 スープ ささみと野菜の煮物 南瓜の煮物	米 麩 鶏ささみ・人参・大根・片栗粉 南瓜・玉ねぎ・片栗粉
17	月	七倍粥 スープ さけの味噌煮 カリフラワーのやわらか煮	米 ほうれん草 さけ・玉ねぎ・キャベツ・片栗粉 カリフラワー・人参	七倍粥 スープ ささみのくず煮 さつま芋の煮物	米 キャベツ 鶏ささみ・ほうれん草・玉ねぎ・片栗粉 さつま芋・片栗粉
18	火	七倍粥 スープ ささみの照り煮 じゃが芋の煮物	米 ほうれん草 鶏ささみ・もやし・人参・片栗粉 じゃが芋	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 小松菜の煮浸し	米 じゃが芋 豆腐・人参・玉ねぎ・片栗粉 小松菜・人参・片栗粉
19	水	七倍粥 スープ 豆腐と野菜の煮物 二色野菜の煮物	米 玉ねぎ 豆腐・ほうれん草・大根・片栗粉 ブロッコリー・人参	味噌煮込みうどん 大根のやわらか煮 ほうれん草の煮浸し	うどん・鶏ささみ・ブロッコリー・人参 大根・片栗粉 ほうれん草・人参・片栗粉
20	木	七倍粥 スープ 白身魚と野菜の煮物 大根のやわらか煮	米 麩 かれい・キャベツ・玉ねぎ・片栗粉 大根・人参	七倍粥 スープ 豆腐のスープ煮 キャベツのやわらか煮	米 大根 豆腐・人参・玉ねぎ・片栗粉 キャベツ・人参・片栗粉
21	金	七倍粥 スープ 豆腐と野菜の煮物 人参のやわらか煮	米 キャベツ 豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・片栗粉 人参	七倍粥 スープ 白身魚のあんかけ じゃが芋の煮物	米 玉ねぎ たら・ほうれん草・人参・片栗粉 じゃが芋・片栗粉
22	土	七倍粥 スープ ささみの照り煮 じゃが芋のやわらか煮	米 麩 鶏ささみ・小松菜・玉ねぎ・片栗粉 じゃが芋	七倍粥 スープ ささみのくず煮 ほうれん草の煮浸し	米 玉ねぎ ほうれん草・しらす・玉ねぎ・小松菜 人参・片栗粉 小松菜・玉ねぎ・片栗粉
23	日	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 二色煮	米 青梗菜 豆腐・玉ねぎ・キャベツ・片栗粉 胡瓜・人参	七倍粥 スープ ツナと野菜の煮物 青梗菜の煮浸し	米 麩 ツナ・キャベツ・人参・片栗粉 青梗菜・玉ねぎ・片栗粉
24	月	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 大根の煮物	米 玉ねぎ たら・人参・いんげん・片栗粉 大根	七倍粥 スープ 豆腐のあんかけ いんげんのやわらか煮	米 人参 豆腐・大根・玉ねぎ・片栗粉 いんげん・人参・片栗粉
25	火	七倍粥 スープ 豆腐のくず煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 麩 豆腐・人参・キャベツ・片栗粉 ブロッコリー・人参	七倍粥 スープ ささみの照り煮 キャベツのやわらか煮	米 玉ねぎ 鶏ささみ・ブロッコリー・人参・片栗粉 キャベツ・片栗粉
26	水	七倍粥 スープ ささみと野菜の煮物 大根の煮物	米 キャベツ 鶏ささみ・白菜・人参・片栗粉 大根	煮込みうどん キャベツのやわらか煮 白菜の煮浸し	うどん・しらす・玉ねぎ・大根 キャベツ・人参 白菜・玉ねぎ・片栗粉
27	木	七倍粥 スープ かれいの煮物 人参のやわらか煮	米 小松菜 かれい・玉ねぎ・キャベツ・片栗粉 人参	七倍粥 スープ ささみのスープ煮 さつま芋のやわらか煮	米 小松菜 鶏ささみ・キャベツ・人参・片栗粉 さつま芋・玉ねぎ・片栗粉
28	金	七倍粥 スープ ささみのくず煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 キャベツ 鶏ささみ・白菜・人参・片栗粉 ブロッコリー・片栗粉	七倍粥 スープ 大豆と野菜の煮物 キャベツの煮浸し	米 麩 大豆水煮・ブロッコリー・人参・片栗粉 キャベツ・玉ねぎ・片栗粉
29	土	七倍粥 スープ 白身魚の照り煮 二色煮	米 人参 たら・キャベツ・玉ねぎ・片栗粉 胡瓜・人参	煮込みうどん 胡瓜のやわらか煮 キャベツの煮浸し	うどん・鶏肉・人参・玉ねぎ 胡瓜・玉ねぎ・片栗粉 キャベツ
30	日	七倍粥 スープ ささみのくず煮 じゃが芋のやわらか煮	米 玉ねぎ 鶏ささみ・人参・いんげん・片栗粉 じゃが芋・人参	七倍粥 スープ ツナと野菜の煮物 いんげんの煮物	米 麩 ツナ・玉ねぎ・じゃが芋・片栗粉 いんげん・人参・片栗粉

