



# 2019年7月 離乳食(完了期)予定献立表



瑞江わんぱく保育園

日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
1	月	軟飯 コンソメスープ さげフライ さつま芋サラダ フルーツ	米 もやし・キャベツ 豆・小麦粉・パン粉・ソース・アスパラ さつま芋・胡瓜・玉ねぎ・マヨドレ フルーツ	茹でとうもろこし せんべい	とうもろこし せんべい
2	火	軟飯 中華スープ 麻婆茄子 トマトの中華和え	米 チンゲン菜・長ねぎ 茄子・にんにく・生姜・豚挽肉・長ねぎ・ケチャップ・片栗粉 トマト	牛乳 フライドポテト	牛乳 じゃがいも
3	水	ナポリタン コンソメスープ ブロッコリーサラダ フルーツ	スパゲティ・ウィンナー・玉ねぎ・ピーマン・マッシュルーム・ケチャップ ほうれん草・コーン ブロッコリー・人参 フルーツ	牛乳 手作り肉まん	牛乳 小豆粉・ベーキングパウダー 豚挽肉・たけのこ・長ねぎ 干し椎茸・片栗粉
4	木	軟飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ 白菜のツナ和え フルーツポンチ	米 じゃがいも・万能ねぎ 鶏肉・生姜・にんにく・小麦粉・片栗粉・トマト ツナ・白菜・人参 みかん缶・りんご・バナナ	牛乳 豆乳ホットケーキ	牛乳 ホットケーキミックス スキムミルク・豆乳 イチゴジャム
5	金	中華丼(軟飯) 春雨スープ もやしと胡瓜の和え物 フルーツ	米・豚肉・白菜・玉ねぎ・人参・片栗粉 チンゲン菜・春雨 もやし・胡瓜・人参 フルーツ	牛乳 ぶどうゼリー	牛乳 蜜天・ぶどうジュース 白練乳 ウエハース
6	土	豚肉と野菜のうどん さつま芋のレモン煮 フルーツ	うどん・豚肉・玉ねぎ・人参 さつま芋・レモン・レーズン フルーツ	牛乳 プレーンクッキー	牛乳 小麦粉・バター
7	日	★七夕★ 天の川散らし豆粥(軟飯) 七夕そらめん汁 羅天の二色揚げ おつか和え・フルーツ	米・人参・干し椎茸・かんぴょう・卵・のり そらめん・オクラ・豆 鶏肉・小麦粉・青のり・カレー粉 おつか和え・フルーツ	牛乳 七塔フルーツポンチ	牛乳 カルピス・蜜天 白練乳・みかん缶・バナナ
8	月	軟飯 豚汁 かかれの蒲焼き風 いんげんの胡麻和え フルーツ	米 豚肉・豆腐・人参・大根・里芋・長ねぎ かかれい・小麦粉・片栗粉・キャベツ いんげん・人参・いり胡麻 フルーツ	牛乳 マカロニきんこ	牛乳 マカロニ・きんこ
9	火	バターロール コンソメスープ ミートボールのトマト煮 ひじきのサラダ	バターロール 人参・玉ねぎ 豚挽肉・豆腐・玉ねぎ・片栗粉・マッシュルーム・にんにく・トマト・ケチャップ・ブロッコリー ひじき・胡瓜・玉ねぎ・コーン	牛乳 宇もち	牛乳 じゃが芋・片栗粉 のり
10	水	肉うどん キャベツサラダ フルーツ	うどん・豚肉・人参・玉ねぎ・干し椎茸・わかめ・小松菜 キャベツ・コーン フルーツ	牛乳 りんごゼリー	牛乳 りんご缶 ウエハース
11	木	軟飯 味噌汁 たらのフライ ブロッコリーのフレンチサラダ	米 長ねぎ・豆腐 たら・小麦粉・パン粉・ソース・キャベツ ブロッコリー・人参	牛乳 ミニアメリカンドッグ	牛乳 ホットケーキミックス ウィンナー・ケチャップ
12	金	軟飯 コンソメスープ ポトフ 春雨サラダ フルーツ	米 ほうれん草・コーン 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく 春雨・胡瓜・人参・ツナ フルーツ	牛乳 メロンフルーツ	牛乳 フルーツ
13	土	野菜たっぷり揚げラーメン 手作り餃子 フルーツ	ラーメン・豚肉・人参・キャベツ・玉ねぎ・にら 餃子の皮・豚挽肉・キャベツ・長ねぎ フルーツ	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 小麦粉・スキムミルク ベーキングパウダー・黒糖
14	日	オムライス(軟飯) コンソメスープ ほうれん草のサラダ フルーツ	米・卵・玉ねぎ・人参・グリーンピース・コーン・ケチャップ・卵・牛乳・マッシュルーム・トマト・ケチャップ・ソース じゃがいも・人参 ほうれん草・もやし・パプリカ フルーツ	牛乳 焼きビーフン	牛乳 ビーフン・豚挽肉 玉ねぎ・人参・小松菜
15	月	軟飯 味噌汁 たらの根田揚げ 金平ごぼう フルーツ	米 白菜・玉ねぎ たら・生姜・片栗粉・小麦粉・トマト ごぼう・人参 フルーツ	牛乳 カルピスゼリー	牛乳 カルピス・蜜天 みかん缶 ウエハース
16	火	軟飯 コンソメスープ 鶏肉のクリームソース キャベツサラダ	米 じゃがいも・コーン 鶏肉・玉ねぎ・マッシュルーム・小麦粉・バター・牛乳・グリーンピース・人参 キャベツ・玉ねぎ・パプリカ フルーツ	牛乳 チヂミ	牛乳 小麦粉・にら・しらす かつお節

- \*材料の入手状況や、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。
- \*午前おやつは麦茶をご提供致します。
- \*だし汁には、かつお節・昆布・鰹干しを使用しています。
- \*調味料として、醤油・三浦輪・塩・味噌・サラダ油・コマ油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。
- \*多量のフルーツは、バナナ・メロン・オレンジ・グレープフルーツ、すいかを使用する予定です。

日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
17	水	冷やし中華 ブロッコリーのサラダ フルーツ	ラーメン・トマト・胡瓜・ハム・卵 ブロッコリー・人参・マヨドレ・すり胡麻 フルーツ	ジュガーラスク	食パン・バター
18	木	とうもろこし軟飯 味噌汁 さげのマヨドレ焼き 里芋の煮物	米・コーン 豆・長ねぎ 豆・小麦粉・マヨドレ・玉ねぎ・ドライパセリ・トマト 里芋・人参	牛乳 レーズン蒸しパン	牛乳 小豆粉・ベーキングパウダー スキムミルク・レーズン
19	金	ビビンバ(軟飯) 春雨スープ 大根の中華和え フルーツ	米・豚挽肉・もやし・人参・ほうれん草 春雨・チンゲン菜 大根の中華和え フルーツ	牛乳 和風スパゲティ	牛乳 スパゲティ・ツナ 玉ねぎ・人参・しめじ
20	土	田舎うどん ツナ入り玉子焼き フルーツ	うどん・豚肉・大根・人参・干し椎茸・ほうれん草 卵・ツナ・玉ねぎ・グリーンピース フルーツ	牛乳 ころころ豆乳ドーナツ	牛乳 ホットケーキミックス スキムミルク・豆乳
21	日	麻婆豆腐(軟飯) 卵スープ ナムル フルーツ	米・豆腐・にんにく・生姜・豚挽肉・長ねぎ・ケチャップ・片栗粉 卵・にら・片栗粉 もやし・胡瓜・いり胡麻 フルーツ	牛乳 さつま芋蒸しパン	牛乳 小豆粉・ベーキングパウダー さつま芋
22	月	軟飯 コンソメスープ たらのトマトソース アスパラサラダ フルーツ	米 ほうれん草・コーン たら・小麦粉・トマト・玉ねぎ・バター・ケチャップ・ソース・いんげん アスパラ・人参 フルーツ	牛乳 塩焼きそば	牛乳 焼きそば種・豚肉 キャベツ・玉ねぎ・人参 ピーマン
23	火	ジャムサンド コンソメスープ ハンバーグ カリフラワーのさげサラダ	食パン・イチゴジャム 小松菜・玉ねぎ 豚挽肉・豆腐・玉ねぎ・片栗粉・ケチャップ・ソース・いんげん カリフラワー・胡瓜・人参	牛乳 かぼちゃまん	牛乳 小麦粉・強力粉・イースト ベーキングパウダー かぼちゃ
24	水	子ぎつねうどん 豆腐チャンプルー フルーツ	うどん・油揚げ・人参・ほうれん草 豆腐・豚肉・キャベツ・人参・長ねぎ・かつお節 フルーツ	牛乳 マカロニナポリタン	牛乳 マカロニ・人参・玉ねぎ ピーマン・コーン ケチャップ
25	木	軟飯 味噌汁 赤魚の野菜あんかけ キャベツとチーズのサラダ	米 豆・玉ねぎ 赤魚・人参・小松菜・玉ねぎ・しめじ・片栗粉 チーズ・キャベツ・人参・マヨドレ	牛乳 オレシゼリー	牛乳 蜜天・オレンジジュース みかん缶 ウエハース
26	金	軟飯 コンソメスープ ポトフ 大根サラダ フルーツ	米 白菜・玉ねぎ 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・生姜・にんにく ツナ・大根・コーン・すり胡麻 フルーツ	牛乳 お好み焼き	牛乳 小麦粉・長芋・キャベツ 人参・ソース
27	土	スパゲティミートソース コンソメスープ かぼちゃのミルク煮 フルーツ	スパゲティ・豚挽肉・玉ねぎ・にんにく・小麦粉・トマトビュレ・ケチャップ 小松菜・人参 かぼちゃ・牛乳 フルーツ	牛乳 ジャムサンド	牛乳 食パン・イチゴジャム
28	日	しらすチャーハン(軟飯) 卵スープ 手作りシューマイ フルーツ	米・しらす・長ねぎ・人参・ピーマン 卵・にら・片栗粉 豚挽肉・玉ねぎ・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース フルーツ	牛乳 にゅうめん	牛乳 そらめん・大根・人参 長ねぎ
29	月	軟飯 味噌汁 たらのフリッター さつま芋サラダ フルーツ	米 ごぼう・玉ねぎ たら・小麦粉・ベーキングパウダー・ソース・アスパラ さつま芋・マヨドレ・ドライパセリ フルーツ	牛乳 ぶどうフルーツ	牛乳 フルーツ
30	火	鶏ささぎ(軟飯) 味噌汁 ひじきの煮物	米・鶏挽肉・玉ねぎ・人参・万能ねぎ 豆・しめじ ひじき・人参・油揚げ・きぬぎや・干し椎茸	牛乳 かぼちゃのきな粉団子	牛乳 梅干・レーズン・きな粉
31	水	焼きそば 中華スープ アスパラとツナのサラダ フルーツ	焼きそば種・豚肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン・ソース・青のり チンゲン菜・玉ねぎ アスパラ・人参・ツナ フルーツ	牛乳 とろ焼き	牛乳 小麦粉・ベーキングパウダー 豆乳・こしあん

