

# 2020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	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・ウインナー・玉葱・ピーマン・マッシュルーム・ケチャップ ほうれん草・しめじ ブロッコリー・人参 フルーツ	コーン軟飯	米・コーン
2	木	軟飯 味噌汁 鶏肉のり唐揚げ 白菜のツナ和え フルーツポンチ	米 じゃが芋・万能葱 鶏肉・にんにく・青のり・片栗粉・小麦粉 ツナ・白菜・人参 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	ジョア 豆乳ホットケーキ	ジョア ホットケーキミックス 豆乳・いちごジャム
3	金	豚肉と野菜のうどん さつま芋のレモン煮 ヨーグルト	うどん・豚肉・玉葱・人参 さつま芋・レモン果汁・レーズン ヨーグルト	しらす軟飯	米・しらす・胡麻 万能葱
4	土	中華丼(軟飯) 春雨スープ 大根と胡瓜の和え物 フルーツ	米・豚肉・白菜・玉葱・人参・片栗粉・ごま油 青梗菜・春雨 大根・胡瓜・人参・ごま油 フルーツ	牛乳	牛乳
5	日	軟飯 コンソメスープ ミートボールのトマト煮込み ひじきのサラダ フルーツポンチ	米 人参・玉葱 豚肉・豆乳・玉葱・片栗粉・マッシュルーム・にんにく・カットトマト・ケチャップ・ブロッコリー ひじき・胡瓜・玉葱・コーン・ごま油 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	青のりポテト	じゃが芋・青のり
6	月	軟飯 豚汁 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・長葱 かれのい・小麦粉・片栗粉 いんげん・人参・胡麻 フルーツ	牛乳	牛乳
7	火	★七夕★ 天の川ちらし寿司(軟飯) 七夕そうめん汁 鶏肉の唐揚げ 豆腐の味噌汁	米・人参・干し椎茸・かんぴょう・卵・海苔 そうめん・オクラ・花枝 鶏肉・小麦粉・青のり ほうれん草・人参・かつお節 フルーツ	七タフルツポンチ	寒天・ぶどうジュース 白桃缶・みかん缶 バナナ
8	水	肉うどん キャベツサラダ ヨーグルト	うどん・豚肉・人参・玉葱・干し椎茸・わかめ・小松菜 ツナ・キャベツ・パプリカ ヨーグルト	いなり寿司(軟飯)	米・油揚げ
9	木	軟飯 味噌汁 ポテトコロッケ コロコロのポテトサラダ フルーツ	米 長葱・豆腐 じゃが芋・豚挽肉・玉葱・小麦粉・パン粉・ケチャップ・ソース ブロッコリー・人参 フルーツ	ウエハース	牛乳
10	金	軟飯 コンソメスープ 豚肉と南瓜のポテト 春雨サラダ フルーツポンチ	米 ほうれん草・コーン 豚肉・南瓜・玉葱・人参・生姜・にんにく 春雨・胡瓜・人参・ツナ・ごま油 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	レズン蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー レーズン
11	土	野菜の炒め物 餃子 フルーツ	うどん・豚肉・人参・もやし・玉葱・にら・ごま油 餃子の皮・豚挽肉・キャベツ・長葱 フルーツ	おかわ軟飯	米・かつお節
12	日	軟飯 コンソメスープ 鶏肉の唐揚げ キャベツサラダ フルーツ	米 ブロッコリー・人参 鶏肉・生姜・にんにく・小麦粉・片栗粉 キャベツ・玉葱・パプリカ フルーツ	ぜんべい ビスケット	ぜんべい ビスケット
13	月	お肉の炒め物 コンソメスープ もやしのサラダ フルーツポンチ	米・鶏肉・玉葱・人参・グリーンピース・コーン・ケチャップ・卵・片栗粉・マッシュルーム・カットトマト・ドライパセリ 白菜・いんげん もやし・ほうれん草・パプリカ 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	ジョア	ジョア
14	火	バターロール コンソメスープ たらのクリームソース アスパラサラダ フルーツ	バターロール 大根・細さや たら・玉葱・マッシュルーム・シチュールウ・ドライパセリ アスパラ・人参 フルーツ	五平餅	米・胡麻
15	水	冷やしうどん 焼売 フルーツ	うどん・トマト・胡瓜・ハム・卵・ごま油 豚挽肉・玉葱・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース フルーツ	枝豆軟飯	米・枝豆
16	木	軟飯 味噌汁 レバーの竜田揚げ 金平ごぼう フルーツ	米 白菜・玉葱 レバー・生姜・片栗粉・小麦粉 ごぼう・人参・ごま油 フルーツ	バナナ蒸しパン	小麦粉・ベーキングパウダー バナナ

日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
17	金	田舎うどん ツナ入り玉子焼き ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・干し椎茸・ほうれん草 卵・ツナ・玉葱・万能葱 ヨーグルト	炒飯(軟飯)	米・豚挽肉・長葱 人参
18	土	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・ごま油 春雨・青梗菜 大根・胡瓜・ごま油・トマト フルーツ	牛乳	牛乳
19	日	親子丼(軟飯) 味噌汁 いんげんの胡麻和え フルーツ	米・鶏肉・玉葱・卵・海苔 豆腐・長葱 いんげん・人参・胡麻 フルーツ	牛乳	牛乳
20	月	とうもろこし軟飯 味噌汁 さけのマヨドレ焼き 里芋の煮物 フルーツ	米・コーン 庄内鮭・玉葱 さけ・小麦粉・マヨドレ・玉葱・ドライパセリ 里芋・人参 フルーツ	牛乳	牛乳
21	火	軟飯 味噌汁 ミートローフ 野菜とコーンのお浸し フルーツポンチ	米 白菜・わかめ 豚挽肉・豆腐・玉葱・人参・いんげん・片栗粉・ケチャップ・ソース ほうれん草・もやし・コーン 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	牛乳	牛乳
22	水	にゅうめん 豆腐チャンプルー ヨーグルト	そうめん・油揚げ・人参・ほうれん草 豆腐・豚肉・ピーマン・人参・長葱・ごま油 ヨーグルト	いなり寿司(軟飯)	米・油揚げ
23	木	軟飯 味噌汁 たらちねの唐揚げ 白菜のお浸し フルーツ	米 おつゆ鮭・いんげん たら・生姜・片栗粉・小麦粉 白菜・人参 フルーツ	牛乳	牛乳
24	金	軟飯 コンソメスープ ポテト 大根サラダ フルーツ	米 白菜・玉葱 鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・生姜・にんにく ツナ・大根・コーン・ごま油・胡麻 フルーツ	お好み焼き	小麦粉・長葱・キャベツ 人参・万能葱・ソース ケチャップ・かつお節 青のり ジョア
25	土	スパゲティミートソース コンソメスープ かぼちゃサラダ フルーツ	スパゲティ・豚挽肉・玉葱・にんにく・小麦粉・トマトピューレ・ケチャップ 小松菜・人参 南瓜・胡瓜・玉葱・マヨドレ フルーツ	ジョア	青梗菜
26	日	鶏そぼろ丼(軟飯) 具沢山汁 オクラの胡麻和え フルーツ	米・鶏挽肉・玉葱・人参・万能葱 油揚げ・大根・人参・ごぼう・長葱 オクラ・人参・胡麻 フルーツ	牛乳	牛乳
27	月	しらすチャーハン(軟飯) 春雨スープ 焼売 フルーツポンチ	米・しらす・長葱・人参・ピーマン 春雨・卵・にら・片栗粉 豚挽肉・玉葱・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース 黄桃缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	牛乳	牛乳
28	火	バターロール コンソメスープ ハンバーグ さつま芋サラダ フルーツ	バターロール ほうれん草・玉葱 豚挽肉・豆腐・玉葱・片栗粉・ケチャップ・ソース さつま芋・胡瓜・玉葱・マヨドレ フルーツ	牛乳	牛乳
29	水	焼きうどん 中華スープ ブロッコリーとしらすのサラダ フルーツ	うどん・豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・ソース・青のり 青梗菜・玉葱 しらす・ブロッコリー・人参 フルーツ	牛乳	牛乳
30	木	軟飯 味噌汁 さけのフライ 豆苗のコロコロサラダ ヨーグルト	米 ごぼう・玉葱 さけ・小麦粉・パン粉・ソース トマト・パプリカ・玉葱・ドライパセリ ヨーグルト	牛乳	牛乳
31	金	麻婆豆腐丼(軟飯) 中華スープ ナムル フルーツ	米・豆腐・にんにく・生姜・豚挽肉・長葱・ケチャップ・片栗粉・ごま油 白菜・にら もやし・胡瓜・ごま油・胡麻 フルーツ	牛乳	牛乳

\*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事がございます。  
\*午前おやつは兼食をご提供致します。  
\*だしには、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・三葉糖・塩・味噌・サラダ油・ごま油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。  
\*今月のフルーツは、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。

