



2022年7月 離乳食(完了期)予定献立表



日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
1	金	軟飯 味噌汁 鶏肉のチーズ焼き 冬瓜の煮物 フルーツ	米 キャベツ、小松菜 鶏肉、チーズ 冬瓜、油揚げ、人参 フルーツ	りんごヨーグルトあんパン	ホットケーキミックス スキムミルク、ヨーグルト 牛乳、バター、りんご缶
2	土	中華丼(軟飯) わかめスープ 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 わかめ、長葱 大根、胡瓜、人参、ごま油 フルーツ	マカロニきなきこ	マカロニ、きな粉
4	月	軟飯 豚汁 さわらの蒲焼き風 いんげんの味噌マヨ和え フルーツポンチ	米 豚肉、豆腐、人参、大根、里芋、長葱 さわら、小麦粉、片栗粉 いんげん、人参、胡麻、マヨドレ 黄桃缶、みかん缶、バナナ、レモン果汁	ぶどうゼリー	春茶、ぶどうジュース 白桃缶
5	火	軟飯 味噌汁 ポテトコロッケ フロッキーのフレッシュサラダ フルーツ	米 青梗菜、えのき じゃが芋、豚挽肉、玉葱、小麦粉、パン粉、ケチャップ、ソース フロッキー、人参 フルーツ	メロンパン風	バターロール、バター 小麦粉
6	水	じゃじゃ麺 中華スープ ひじき入り玉子焼き 切干大根のサラダ ヨーグルト	うどん、豚挽肉、にんにく、生姜、玉葱、人参、片栗粉、胡瓜 ほうれん草、コーン 卵、ひじき、玉葱、万能葱 切干大根、人参、ごま油 ヨーグルト	いなり寿司(軟飯)	米、油揚げ
7	木	★七夕★ 天の川散らし寿司(軟飯) 七夕そうめん汁 龍天の青のり揚げ おなかかえ・フルーツ	米、人参、干し椎茸、かんぴょう、卵、海苔、人参 そうめん、おくら、麩 鶏肉、小麦粉、青のり ほうれん草、人参、かつお節・フルーツ	七タフルーツポンチ	カルピス、春茶、白桃缶 みかん缶、バナナ
8	金	軟飯 コンソメスープ 豚肉と南瓜のポトフ 春雨サラダ フルーツヨーグルト	米 大根、コーン 豚肉、南瓜、玉葱、人参 春雨、小松菜、人参、ツナ、ごま油 ヨーグルト、みかん缶	パンデケーキ	小麦粉、白玉粉 ベーキングパウダー 粉チーズ、牛乳
9	土	野菜たっぷり醤油うどん 手作り餃子 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	おなか軟飯	米、かつお節
11	月	ピビンパ風丼(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	スイートポテト	さつま芋、スキムミルク バター、ホイップ 卵
12	火	バターロール コンソメスープ かれのクリームソース アスパラサラダ フルーツポンチ	バターロール 大根、絹さや かれの、玉葱、マッシュルーム、小麦粉、バター、牛乳、ドライパセリ アスパラ、玉葱、人参 黄桃缶、みかん缶、バナナ、レモン果汁	炒飯(軟飯)	米、豚挽肉、長葱、人参
13	水	冷やしうどん コロコロ焼売 もやしの胡麻和え 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、グリーンピース もやし、わかめ、人参、胡麻 フルーツ	枝豆軟飯	米枝豆
14	木	軟飯 味噌汁 レバーの竜田揚げ 金平ごぼう フルーツ	米 小松菜、玉葱 鶏レバー、生姜、片栗粉、小麦粉 ごぼう、人参、ごま油 フルーツ	チーズスティック	ホットケーキミックス 粉チーズ、バター、牛乳
15	金	豚肉と野菜のうどん さつま芋のレモン煮 ひじきのサラダ フルーツヨーグルト	うどん、豚肉、玉葱、人参 さつま芋、レモン果汁、ソース ひじき、キャベツ、胡瓜、人参 ヨーグルト、みかん缶	味噌軟飯	米、胡麻

日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
16	土	五目炒飯(軟飯) わかめスープ 豆腐チャンプルー フルーツ	米、焼豚、コーン、玉葱、人参、ピーマン わかめ、白菜 豆腐、豚肉、小松菜、人参、長葱、ごま油 フルーツ	いちごゼリー	ゼリーの素、りんご缶
19	火	とうもろこし軟飯 味噌汁 たらの竜田揚げ 白菜のお浸し フルーツポンチ	米、コーン 茄子、玉葱 たら、生姜、片栗粉、小麦粉 白菜のお浸し フルーツポンチ	牛乳	牛乳
20	水	肉うどん キャベツサラダ フルーツヨーグルト	うどん、豚肉、人参、玉葱、干し椎茸、わかめ、小松菜 キャベツ、ツナ、パプリカ ヨーグルト、みかん缶	ブレンクッキー	小麦粉、バター
21	木	軟飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ フロッキー・玉子焼き フルーツ	米 いんげん、人参 鶏肉、生姜、にんにく、小麦粉、片栗粉 フロッキー・卵、玉葱、万能葱 フルーツ	いなり寿司(軟飯)	米、油揚げ
22	金	軟飯 コンソメスープ ポトフ 大根サラダ ヨーグルト	米 白菜、アスパラ 鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参 ツナ、大根、コーン、ごま油、胡麻 ヨーグルト	牛乳	牛乳
23	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、スキムミルク、牛乳 フルーツ	オレンジゼリー	春茶、オレンジジュース みかん缶
25	月	★お誕生会★ お祝いトドリス(軟飯) コンソメスープ 枝豆とコーンのサラダ フルーツポンチ	米、豚肉、玉葱、人参、グリーンピース、ケチャップ、卵、牛乳、マッシュルーム、トマト、ソース コンソメスープ 枝豆とコーンのサラダ フルーツポンチ	わかめ軟飯	米、わかめ軟飯の素
26	火	焼きうどん 中華スープ フロッキーとツナのサラダ 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、長葱 フロッキー、人参、ツナ、ごま油 フルーツ	牛乳	牛乳
27	水	バターロール コンソメスープ ハンバーグ かぼちゃサラダ ヨーグルト	バターロール 大根、絹さや 豚挽肉、豆腐、玉葱、片栗粉、ケチャップ、ソース 南瓜、胡瓜、玉葱、マヨドレ ヨーグルト	牛乳	牛乳
28	木	軟飯 味噌汁 レバーのかりん揚げ 夏野菜のココロサラダ フルーツポンチ	米 ごぼう、人参、玉葱 鶏レバー、生姜、片栗粉、ケチャップ、ソース トマト、パプリカ、玉葱、ドライパセリ 黄桃缶、みかん缶、バナナ、レモン果汁	牛乳	牛乳
29	金	ナポリタン コンソメスープ キャベツサラダ 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 もやし、しめじ キャベツ、人参、玉葱 フルーツ	牛乳	牛乳
30	土	麻婆豆腐丼(軟飯) ワンタンスープ 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 ワンタンの皮、人参、にら もやし、胡瓜、ごま油、胡麻 フルーツ	牛乳	牛乳

瑞江わんぱく保育園



* 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。
* 午前おやつは牛乳をご提供致します。
* だし汁には、かつお節・昆布・黒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・酢・コンソメ・中筋だしを使用しています。
* 今月のフルーツは、バナナ・オレンジ・グレープフルーツ・すいかを使用する予定です。