

7月の献立表 離乳食

平成30年7月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
2	月	オレンジ	オレンジ	ほぎの野菜煮	ほぎ・だし昆布		白菜・人参	青のり粥	米 あおのり
				じゃがいも煮	だし昆布	じゃがいも			
				すまし汁	だし昆布	青ねぎ・えのき			
				おかゆ		米			
3	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	豆腐のちやし煮	豆腐・だし昆布		もやし・人参	粉ふきいも	じゃがいも
				キャベツ煮	だし昆布	キャベツ			
				春雨スープ	だし昆布	春雨	コーン		
				おかゆ		米			
4	水	ベビー スティック	ベビー スティック	カレイのトマト煮	カレイ・だし昆布		もやし・きゅうり・トマト	ポパイ蒸しパン	ホットケーキ ミックス ほうれん草
				大根煮	だし昆布	大根・人参			
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	ちんげん菜			
				おかゆ		米			
5	木	ぶかしいも	さつまいも	豆腐の野菜煮	豆腐・だし昆布		たまねぎ・スナップえんどう	にんじん粥	米 にんじん
				ブロッコリー煮	だし昆布	ブロッコリー・コーン			
				すまし汁	だし昆布	キャベツ			
				おかゆ		米			
6	金	七夕まつり ソフトな 塩せんべい	ソフトな 塩せんべい	たらのオクラ煮	たら・だし昆布		星型人参・オクラ・コーン	オレンジ 赤ちゃんせんべい	オレンジ 赤ちゃんせんべい
				かぼちゃ煮	だし昆布	かぼちゃ・グリーンピース			
				味噌汁	だし昆布・味噌	えのき			
				おかゆ		米			
7	土	こめほんせん	こめほんせん	野菜雑炊	だし昆布	米	たまねぎ・人参	ひじき粥	米 ひじき
				きゅうりの煮物	だし昆布・わかめ	きゅうり			
				鮭のつぶし煮	だし昆布・鮭				
				味噌汁	味噌・だし昆布	小松菜			
9	月	りんご	りんご	豆腐のキャベツ煮	豆腐・だし昆布		キャベツ・人参	コーン蒸しパン	ホットケーキ ミックス コーン
				さつまいも煮	だし昆布	さつまいも	絹さや・人参		
				味噌汁	味噌・だし昆布	玉ねぎ・青ねぎ			
				おかゆ		米			
10	火	紫いも せんべい	紫いも せんべい	さわらのくたくた煮	さわら・だし昆布		たまねぎ・人参	グリーンピース粥	米 グリーンピース
				春雨煮	だし昆布	春雨	きゅうり・人参・コーン		
				すまし汁	だし昆布・わかめ	長ネギ			
				おかゆ		米			
11	水	こめほんせん	こめほんせん	豆腐煮	豆腐・だし昆布		たまねぎ・もやし・ピーマン	蒸しパン	ホットケーキ ミックス
				キャベツ煮	だし昆布	キャベツ・人参			
				味噌汁	味噌・だし昆布	オクラ			
				おかゆ		米			
12	木	かぼちゃ煮	かぼちゃ	ほぎの野菜煮	ほぎ・だし昆布		たまねぎ・人参・ピーマン	わかめ粥	米 わかめ
				小松菜煮	だし昆布	小松菜・赤ピーマン			
				すまし汁	だし昆布	ブロッコリー・コーン			
				おかゆ		米			
13	金	ベビー スティック	ベビー スティック	豆腐の大根煮	豆腐・だし昆布		大根・いんげん	マッシュ さつまいも	さつまいも
				ほうれんそう煮	だし昆布	ほうれん草			
				味噌汁	味噌・だし昆布	えのき・しめじ・青ねぎ			
				おかゆ		米			
14	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	煮込みうどん	だし昆布	うどん	ピーマン・たまねぎ・人参	コーン粥	米 コーン
				フラワー煮	だし昆布	キャベツ	ブロッコリー・カリフラワー		
				カレイのつぶし煮	だし昆布・かれい	赤パプリカ・黄パプリカ			
				味噌汁	味噌・だし昆布・わかめ	青ねぎ			

7月の献立表 離乳食

平成30年7月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	力や熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
17	火	りんご	りんご	鮭のほうれん草煮	鮭・だし昆布		ほうれん草・もやし	かぼちゃ 蒸しパン	ホットケーキ ミックス かぼちゃ
				じゃがいも煮	だし昆布	じゃがいも	たまねぎ・人参・グリーンピース		
				味噌汁	味噌・だし昆布		なす		
				おかゆ		米			
18	水	音楽指導 紫いも せんべい	紫いも せんべい	豆腐の夏野菜煮	豆腐・だし昆布		なす・玉ねぎ・赤ピーマン	にんじん粥	米 にんじん
				マカロニ煮	だし昆布	マカロニ	きゅうり・人参		
				味噌汁					
				オレンジ			オレンジ		
19	木	粉ふきいも	じゃがいも	たらのプロッコリー煮	たら・だし昆布		プロッコリー	マカロニ煮	マカロニ 砂糖
				ひじき煮	ひじき・だし昆布		キャベツ・赤ピーマン		
				具沢山味噌汁	味噌・だし昆布		人参・大根・青ねぎ		
				おかゆ		米			
20	金	ベビー スティック	ベビー スティック	豆腐の野菜煮	豆腐・だし昆布		キャベツ・人参	りんごのコンポ ート	りんご 砂糖
				さつまいも煮	だし昆布	さつまいも			
				味噌汁	味噌・だし昆布		たまねぎ		
				わかめ					
21	土	ソフトな 塩せんべい	ソフトな 塩せんべい	ほきの野菜煮	ほき・だし昆布		玉ねぎ・人参	ひじき粥	米 ひじき
				小松菜煮	だし昆布		小松菜・コーン		
				すまし汁	だし昆布		大根		
				わかめ					
23	月	オレンジ	オレンジ	たらのカラフル煮	だし昆布・たら		玉ねぎ・ピーマン・赤パプリカ 黄パプリカ	コーン粥	米 コーン
				冬瓜煮	だし昆布		冬瓜・グリーンピース		
				味噌汁	味噌・だし昆布		えのき・青ねぎ		
				わかめ					
24	火	お誕生日会 紫いも せんべい	紫いも せんべい	豆腐のくたくた煮	だし昆布・豆腐		たまねぎ・人参・グリーンピース	さつまいも 蒸しパン	ホットケーキ ミックス さつまいも
				カラフル煮	だし昆布	じゃがいも	きゅうり・コーン・赤ピーマン		
				りんご			りんご		
				わかめ					
25	水	南瓜煮	かぼちゃ	さわらのちやし煮	さわら・だし昆布		ピーマン・人参・もやし	グリーンピース粥	米 グリーンピース
				白菜煮	だし昆布		白菜		
				すまし汁	だし昆布		たまねぎ		
				わかめ					
26	木	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	豆腐のやわらか煮	豆腐・だし昆布		たまねぎ・きゅうり	茹でとうもろこし	とうもろこし
				なす煮	だし昆布		なす・いんげん		
				味噌汁	味噌・だし昆布		小松菜		
				わかめ					
27	金	お泊り保育 こめぼんせん	こめぼんせん	かれないのトマト煮	かれない・だし昆布		トマト・たまねぎ	さつまいも茶巾	さつまいも
				ほうれんそう煮	だし昆布		ほうれん草・もやし		
				すまし汁	だし昆布		たまねぎ		
				わかめ					
28	土	ベビー スティック	ベビー スティック	たらぞうすい	たら・だし昆布		玉ねぎ・人参・グリーンピース	わかめ粥	米 わかめ
				キャベツ煮	だし昆布		キャベツ・コーン・きゅうり		
				りんご			りんご		
				わかめ					
30	月	ぶかしいも	さつまいも	豆腐のいんげん煮	豆腐・だし昆布		いんげん・人参	人参蒸しパン	ホットケーキ ミックス 人参
				ちんげん菜	だし昆布		ちんげん菜・人参		
				味噌汁	味噌・だし昆布	そうめん	青ねぎ		
				わかめ					
31	火	卒園児里帰り 赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	ほきのやわらか煮	ほき・だし昆布		たまねぎ・大根・人参	コーン粥	米 コーン
				春雨煮	だし昆布	春雨	きゅうり・コーン		
				すまし汁	だし昆布		ちんげん菜		
				わかめ					