

7月の献立表 幼児食

2021年7月

※完了食は、幼児食を一口大に切ったものです。

四天王寺夕陽丘保育園

TEL.6772-4497

日	曜	午前のおやつ (乳児のみ)	食卓	献立名	血や肉になる食品	かや熱になる食品 調味料	体の調子を整える食品	午後のおやつ	食品
1	木	赤いお せんべい	南瓜	紅のほろ焼き	鶏	塩		ドーナツ 牛乳	ホットケーキ ミックス 豆腐 油 グラニュー糖 牛乳
				白菜のゆかり和え			白菜・ゆかり		
				五目大豆煮	大豆	ごんにゃく・砂糖・しょうゆ・みりん	鯖さや・人参・干椎茸		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		チンゲン菜・もやし		
2	金	赤いお せんべい	苺米ぼんせん	鶏の照り焼き	鶏肉	砂糖・しょうゆ・みりん・片栗粉		ようかん 牛乳	ごしあん 寒天 豆腐 砂糖 塩 牛乳
				ブロッコリー			ブロッコリー		
				ひじきサラダ	ひじき	酢・砂糖・塩	キャベツ・赤ピーマン		
				真実山味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		人参・大根・ごぼう・青ねぎ		
3	土	赤いお せんべい	赤いお せんべい	豚汁	豚肉	米・糸こんにゃく・砂糖	たまねぎ・人参	フライドポテト 牛乳	フライドポテト 牛乳
				餅の焼	わかめ・カニカマ	しょうゆ	胡瓜		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		小松菜		
				ごはん		米			
5	月	オレンジ	オレンジ	ほきのチーズ焼き	ほき・ミックスチーズ		パセリ	あんこパイ 牛乳	ごしあん 粒子の皮 油 牛乳
				ぼろれんぞうの和え物	かつお節	しょうゆ・砂糖	ぼろれん草		
				ポークビーンズ	豚肉・大豆	砂糖・しょうゆ	たまねぎ・人参・グリーンピース		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	白菜・コーン		
6	火	赤いお せんべい	赤いお せんべい	スタミナ炒め	牛肉	砂糖・しょうゆ・みりん・料理酒	キャベツ・人参・ピーマン	レーズンクッキー 牛乳	レーズン 小麦粉 マーガリン 砂糖 牛乳
				ハンパンスウ	ハム	塩	玉ねぎ・生姜		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	醤油・白ごま・酢・しょうゆ・砂糖・ごま油	胡瓜		
				ごはん		米	チンゲン菜		
7	水	七夕まつり ソフトな おせんべい	ソフトな おせんべい	セタそつめん	鶏糸餅・かつお節・だし昆布	そつめん・しょうゆ・砂糖	黒豆・人参・オクラ・干椎茸	七夕ゼリー 牛乳	ぶどうジュース パイナップル みかん 寒天 砂糖 牛乳
				かぼちゃそぼろあんかけ	鶏ミンチ・厚揚げ	しょうゆ・砂糖・みりん	かぼちゃ・グリーンピース		
				わかめおにぎり	わかめ	米			
				スイカ		スイカ			
8	木	赤いお せんべい	さつま芋	ママレード焼き	鶏肉	ママレード・しょうゆ		チヂミ 牛乳	小麦粉 寒天 人参 ごま油 しょうゆ 酢 牛乳
				スナップえんどう		塩	スナップえんどう		
				マカロニサラダ	ハム	マカロニ・マヨネーズ・塩	アスパラ・人参		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	レタス・パセリ		
9	金	赤いお せんべい	マンナ ビスケット	ロールパン		ロールパン		フレンチトースト 牛乳	食パン 卵 牛乳 砂糖 グラニュー糖 牛乳
				さわらの天ぷら	さわら	塩・てんぷら粉・油			
				キャベツのごま和え		みりん・しょうゆ・ごま	キャベツ		
				オクラの納豆和え	納豆	しょうゆ・みりん	おくら		
10	土	赤いお せんべい	苺米ぼんせん	味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		なめこ・玉ねぎ・青ねぎ	ゆかりおにぎり お茶	米 ゆかり お茶
				焼きうどん	豚肉	うどん・塩・焼きそばソース・油	ピーマン・たまねぎ・赤パプリカ		
				チリメン和え	ちりめんじゃこ	しょうゆ・みりん	チンゲン菜・人参		
				ごはん		米			
12	月	赤いお せんべい	クラッカー	ニラ玉めんかけ	卵・鶏ミンチ・カニカマ	砂糖・塩・油・しょうゆ	ニラ・たまねぎ	お昼ラスク ビスビス キャンディチーズ 牛乳	ふ マーガリン きな粉 砂糖 ビスビス キャンディチーズ 牛乳
				胡瓜のさっぱり和え		酢・砂糖・ごま油・しょうゆ	きゅうり・人参・きくらげ		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		大根・ねぎ		
				ごはん		米			
13	火	赤いお せんべい	赤いお せんべい	チキンのレモン焼き	鶏肉	料理酒・塩	粉パセリ・レモン果汁	南瓜蒸しパン 牛乳	ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳 南瓜 牛乳
				アスパラソテー		コンソメ・油	アスパラ・コーン		
				スパゲティサラダ	ツナ	スパゲティ・マヨネーズ・塩	胡瓜・赤ピーマン・黄ピーマン		
				けんちん汁	厚揚げ・かつお節	醤油・しょうゆ・みりん・塩・片栗粉	人参・干椎茸		
14	水	赤いお せんべい	レーズン	ゴーヤチャンプルー	豆腐・豚肉	料理酒・油・しょうゆ	ちやし・キャベツ・ゴーヤ	恐竜の卵 牛乳	白玉粉 上新粉 寒天 ベーキングパウダー 牛乳
				中華巻き	巻き巻き	塩・ジャンタン	人参		
				豚骨スープ		ジャンタン・塩・醤油	チンゲン菜		
				ごはん		米			
15	木	赤いお せんべい	お誕生日会 赤いお せんべい	コロック	コロック			パイナップル 牛乳	パイナップル おかん スポンジケーキ ホイップ 牛乳
				キャベツソテー		コンソメ・油	キャベツ		
				フライドポテト		フライドポテト・塩			
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ブロッコリー・人参・玉ねぎ		
15	木	赤いお せんべい	お誕生日会 赤いお せんべい	オレンジ			オレンジ	パイナップル 牛乳	パイナップル おかん スポンジケーキ ホイップ 牛乳
				ロールパン			ロールパン		

午前のおやつは、乳児(2歳児)までです。

7月の献立表 幼児食

2021年7月

※完了食は、幼児食を一口大に切ったものです。

四天王寺夕陽丘保育園

TEL.6772-4497

日	曜	午前のおやつ (乳児のみ)	食品	献立名	血や肉になる食品	カや熱になる食品 調味料	体の質をえき替える食品	午後のおやつ	食品		
16	金	おひざ草	じゃが芋	がれいの煮つけ	がれい	料理酒・砂糖・みりん・しょうゆ	生菓	ぎょうざピザ 牛乳	ぎょうざの皮 グチャップ トマト コーン 粉チーズ 牛乳		
				がんちの黒糖	がんち	砂糖・しょうゆ・みりん	いんげん				
				ほうれん草のソテー	ウインナー	油・塩・しょうゆ	人参・ほうれん草・コーン				
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		大根・厚揚げ				
			ごはん		米						
17	土	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	ピラフ	鶏ミンチ	米・コンソメ・塩・油	玉ねぎ・人参・グリーンピース	黒糖食パン 牛乳	黒糖食パン 牛乳		
				小松菜のツナ和え	ツナ	砂糖・しょうゆ	小松菜・コーン				
				コンソメスープ		コンソメ・塩	もやし・パセリ				
			ごはん		米						
18	月	マンナ ウエハース	マンナ ウエハース	とんかつ	とんかつ	油・とんかつソース・グチャップ・砂糖		わらびもち 牛乳	片栗粉 砂糖 きな粉 牛乳		
				トマト			トマト				
				れんこんサラダ	ハム	マヨネーズ・しょうゆ	れんこん・胡瓜・人参				
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		玉ねぎ・しめじ				
			ごはん		米						
20	火	玄米ほんせん	玄米ほんせん	さわらのごま焼ぎ	さわら	しょうゆ・みりん・料理酒・黒ごま		ジャムサンド 牛乳	食パン イチゴジャム 牛乳		
				チンゲン菜の和え物		しょうゆ・みりん	チンゲン菜・人参				
				冬瓜のさぼろあんかけ	鶏ミンチ	しょうゆ・みりん・片栗粉	冬瓜・グリーンピース				
				すまし汁	かつお節・だし昆布	しょうゆ・みりん・塩・花枝	厚揚げ				
			ごはん		米						
21	水	いりこ	いりこ	産野菜カレーライス	牛肉	米・カレールウ・油	なす・玉ねぎ・赤ピーマン	おはぎ 牛乳	もち米 糠白米 こしあん 牛乳		
				ゴボウサラダ	ハム	塩・コンソメ	ズッキーニ・南瓜				
						マヨネーズ・しょうゆ	人参・コーン・ごぼう				
				メロン			アールスメロン				
			ごはん		米						
22	木	海の日									
23	金	スポーツの日									
24	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	和風きのこスパゲティ	豚肉・刻みのり	スパゲティ・塩・しょうゆ・みりん・油	しめじ・玉ねぎ	わかめおにぎり お茶	米 わかめ お茶		
				さつま芋サラダ	ウインナー	さつま芋・マヨネーズ	グリーンピース・人参 コーン				
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ほうれん草				
			ごはん		米						
26	月	南豆腐	南豆腐	ハンバーグ	ハンバーグ	グチャップ		フルーツ入り カルピス寒天 牛乳	カルピス 寒天 ゼラチン おかん缶 牛乳		
				ブロッコリー		塩	ブロッコリー				
				切干大根の炒め煮	塩揚げ	砂糖・しょうゆ・みりん・料理酒・油	切干大根・人参・絹さや				
				味噌汁	味噌・かつお節 だし昆布		白菜・ねぎ				
			ごはん		米						
27	火	マンナ ビスケット	マンナ ビスケット	チンジャオロース	豚肉	オイスターソース・しょうゆ 砂糖・料理酒・片栗粉・油	ピーマン・たけのこ・人参 もやし	きなこマカロン 牛乳	マカロン きなこ 砂糖 牛乳		
				しゅうまい	しゅうまい						
				中華スープ	木綿豆腐	シャンタン・塩	ニラ				
				ごはん		米					
			冷やし中華	ササミ・刻みのり	中華めん・しょうゆ・酢・砂糖 シャンタン・ごま油・ごま	トマト・きゅうり・コーン					
			なすと厚揚げ煮	厚揚げ	しょうゆ・砂糖・みりん	なす・いんげん	もちもち チーズパン 牛乳	白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 油 牛乳			
			パイナップル			パイナップル					
29	木	ソフトな 塩せん	ソフトな 塩せん	豚のから揚げ	豚肉	塩・しょうゆ・料理酒 片栗粉・油	おろし生菓	鶏でとうもろこし 牛乳	とうもろこし 牛乳		
				もやしのソテー		しょうゆ・塩・油	もやし				
				小松菜の横切和え	刻みのり	しょうゆ・砂糖	小松菜・人参				
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布・わかめ		じゃが芋				
			ごはん		米						
30	金	オレンジ	オレンジ	だらのうま煮ソース	たら	しょうゆ・みりん・砂糖・塩	猪肉・ネギ	クッキー 牛乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 牛乳		
				チンゲン菜の和え物		砂糖・しょうゆ	チンゲン菜・えのき				
				ひじき煮	ひじき・大豆	こんにゃく・砂糖・しょうゆ	人参・いんげん				
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		なす				
			ごはん		米						
31	土	玄米ほんせん	玄米ほんせん	三色丼	牛ミンチ	米・砂糖・しょうゆ・塩	ほうれん草・コーン	ジャムサンド クラッカー 牛乳	クラッカー いちごジャム 牛乳		
				じゃが芋の黒糖	かつお節・だし昆布	じゃが芋・砂糖・しょうゆ	人参・絹さや				
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		白菜・ねぎ				
				ごはん		米					

午前のおやつは、乳児（2歳児）までです。

7月の献立表 卵アレルギー食

2021年7月

※完了食は、幼児食を一口大に切ったものです。

四天王寺夕陽丘保育園

TEL:6772-4497

日	曜	午前のおやつ (乳児のみ)	食品	献立名	血や肉になる食品	カや熱になる食品 調味料	体の調子を整える食品	午後のおやつ	食品
1	木	南豆腐	南豆腐	鮎の塩焼き	鮎	塩			
				白粥のゆかり和え			白菜・ゆかり		
				五目大豆煮	大豆	こんにゃく・砂糖・しょうゆ・みりん	鯖さけ・人参・干椎茸	トースト	ホットケーキミックス
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		チンゲン菜・もやし	牛乳	豆腐 油 グラニュー糖 牛乳
			ごはん		米				
2	金	五米ぼんせん	五米ぼんせん	豚の照り焼き	猪肉	砂糖・しょうゆ・みりん・片栗粉			
				ブロッコリー			ブロッコリー		
				ひじきサラダ	ひじき	酢・砂糖・塩	キャベツ・赤ピーマン	ようかん	こしあん
				真栄山味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		人参・大根・ごぼう・青ねぎ	牛乳	寒天 豆野糖 砂糖 塩 牛乳
			ごはん		米				
3	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	豚肉	豚肉	米・糸こんにゃく・砂糖 しょうゆ	たまねぎ・人参		
				餅の焼	わかめ	酢・砂糖・しょうゆ・塩	胡瓜・人参	フライドポテト	フライドポテト
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		小松菜	牛乳	牛乳
				ごはん		米			
5	月	オレンジ	オレンジ	ほきのチーズ焼き	ほき・ミックスチーズ		パセリ		
				ぼろれんぞうの和え物	かつお節	しょうゆ・砂糖	ぼろれんぞう		
				ボークビーンズ	豚肉・大豆	砂糖・しょうゆ	たまねぎ・人参・グリーンピース	おんこバイ	こしあん
				コンソメスープ		クチャップ・コンソメ	トマト	牛乳	餃子の皮
			ごはん		米				
6	火	煮いち せんべい	煮いち せんべい	スタミナ炒め	牛肉	砂糖・しょうゆ・みりん・料理酒	キャベツ・人参・ピーマン		
				ハンバーグ	ウィンナー	醤油・白ごま・酢・しょうゆ・砂糖・ごま油	玉ねぎ・生薑	レーズンクッキー	小麦粉
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		胡瓜	牛乳	マーガリン
				ごはん		米	チンゲン菜	牛乳	砂糖 牛乳
7	水	七夕まつり ソフトな 福せん	ソフトな 福せん	七夕そうめん	かつお節・だし昆布	そうめん・しょうゆ・砂糖 みりん	鷹豆・人参・オクラ・干椎茸		
				かぼちゃもろろあんかけ	鶏ミンチ・厚揚げ	しょうゆ・砂糖・みりん	コーン	七夕ゼリー	ぶどうジュース
				わかめおにぎり	わかめ	米	かぼちゃ・グリーンピース	牛乳	みかん
				スイカ				牛乳	福笑 砂糖 牛乳
8	木	ぶかし芋	さつま芋	ママレード焼き	猪肉	ママレード・しょうゆ			
				スナッフスンドウ		塩	スナッフスンドウ		
				マカロニサラダ	ウィンナー	マカロニ・塩	アスパラ・人参	チヂミ	小麦粉
				コンソメスープ		コンソメ・塩	レタス・パセリ	牛乳	ニラ
			ロールパン		ロールパン				
9	金	マンパ ビスケット	マンパ ビスケット	さわらの天ぷら	さわら	塩・てんぷら粉・油			
				キャベツのごま和え		みりん・しょうゆ・ごま	キャベツ		
				オクラの納豆和え	納豆	しょうゆ・みりん	おくら	ミルクトースト	食パン
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		なめこ・玉ねぎ・青ねぎ	牛乳	砂糖
			ごはん		米				
10	土	五米ぼんせん	五米ぼんせん	焼きうどん	豚肉	うどん・塩・焼きそばソース・油	ピーマン・たまねぎ・赤パプリカ		
				チリメン和え	ちりめんじゃこ	しょうゆ・みりん	チンゲン菜・人参	ゆかりおにぎり	米
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		ごぼう・青ねぎ	牛乳	ゆかり お茶
				ごはん		米			
12	月	クラッカー	クラッカー	豚バーグあんかけ	豚ミンチ	砂糖・塩・油・しょうゆ みりん・片栗粉	ニラ・たまねぎ		
				胡瓜のさっぱり和え		酢・砂糖・ごま油・しょうゆ	きゅうり・人参・きくらげ	お昼ラスク	ふ
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		大根・ねぎ	牛乳	マーガリン
				ごはん		米		牛乳	きな粉 砂糖 グラニュー糖 牛乳
13	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	チキンのレモン焼き	猪肉	料理酒・塩	粉パセリ・レモン果汁		
				アスパラソテー		コンソメ・油	アスパラ・コーン		
				スパゲティサラダ	ツナ	スパゲティ・塩	胡瓜・赤ピーマン・黄ピーマン	南豆腐パン	砂糖
				けんちん汁	厚揚げ・かつお節 だし昆布	蓮子・しょうゆ・みりん・塩・片栗粉	人参・干椎茸	牛乳	南豆腐 牛乳
			ごはん		米				
14	水	レーズン	レーズン	ゴーヤチャンプルー	豆腐・豚肉	料理酒・油・しょうゆ	ちゆし・キャベツ・ゴーヤ		
				中華唐揚げ	鶏唐揚げ	塩・シャンタン	人参		
				春雨スープ		シャンタン・塩・春雨	チンゲン菜	卵	白玉粉
				ごはん		米		牛乳	上新粉 黒砂糖 ベーキングパウダー 牛乳
15	木	お誕生日会 煮いち せんべい	煮いち せんべい	コロック	各ミンチ	じゃが芋・塩・小麦粉・パン粉・油	玉ねぎ		
				キャベツソテー		コンソメ・油	キャベツ		
				フライドポテト		フライドポテト・塩		パン	みかん
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ブロッコリー・人参・玉ねぎ	牛乳	ホットケーキ ミックス 砂糖 牛乳
			オレシ						
			ロールパン		ロールパン				

午前のおやつは、乳児（2歳児）までです。

7月の献立表 卵アレルギー食

2021年7月

※完了食は、幼児食を一口大に切ったものです。

四天王寺夕陽丘保育園

TEL.6772-4497

日	曜	午前のおやつ (乳児のみ)	食品	献立名	血や肉になる食品	カや熱になる食品 調味料	体の調子えを替える食品	午後のおやつ	食品
16	金	ゆずき芋	じゃが芋	かれの煮つけ	かれい	料理酒・砂糖・みりん・しょうゆ	生菓	ぎょうざピザ 牛乳	ぎょうざの皮 クチャップ トマト コーン 粉チーズ 牛乳
				がんもの煮物	がんも	砂糖・しょうゆ・みりん	いんげん		
				ほうれん草のソテー	ウィンナー	油・塩・しょうゆ	人参・ほうれん草・コーン		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	大根・青ねぎ			
17	土	ソフトな 座せん	ソフトな 座せん	ピラフ	鶏ミンチ	米・コンソメ・塩・油	五穀ぎ・人参・グリーンピース	黒糖食パン 牛乳	黒糖食パン 牛乳
				小松菜のツナ和え	ツナ	砂糖・しょうゆ	小松菜・コーン		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ちやし・パセリ		
19	月	マンナ ウエハース	マンナ ウエハース	とんかつ	豚肉	油・とんかつソース・クチャップ・砂糖		わらびもち 牛乳	片栗粉 砂糖 きな粉 牛乳
				トマト	小麦粉・パン粉	トマト			
				れんこんサラダ	ウィンナー	砂糖・しょうゆ・ゴマ油	れんこん・胡瓜・人参		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布	玉ねぎ・しめじ			
20	火	玄米ほんせん	玄米ほんせん	さわらのごぼ漬	さわら	しょうゆ・みりん・料理酒・黒ごま		ジャムサンド 牛乳	食パン イチゴジャム 牛乳
				チンゲン菜の和え物		しょうゆ・みりん	チンゲン菜・人参		
				冬瓜のそぼろあんかけ	鶏ミンチ	しょうゆ・みりん・片栗粉	冬瓜・グリーンピース		
				ずまし汁	かつお節・だし昆布	しょうゆ・みりん・塩・花魁	青ねぎ		
21	水	いりこ	いりこ	真野煎カレーライス	牛肉	米・カレールウ・油	なす・玉ねぎ・赤ピーマン	おはぎ 牛乳	もち米 預白米 こしあん 牛乳
				ゴボウサラダ	ウィンナー	塩・コンソメ	ズッキーニ・南瓜		
						砂糖・しょうゆ・ごま油	人参・コーン・ごぼう		
				メロン			アールスメロン		
22	木	海の日							
23	金	スポーツの日							
24	土	赤らちゃん せんべい	赤らちゃん せんべい	和菓きのこスパグティ	豚肉・刻みのり	スパグティ・塩・しょうゆ・みりん・油	しめじ・玉ねぎ	わかめおにぎり お茶	米 わかめ お茶
				さつまいもサラダ	ウィンナー	さつまいも・塩	グリーンピース・人参 コーン		
				コンソメスープ		コンソメ・塩	ほうれん草		
26	月	南瓜煮	南瓜	ハンバーグ	合ミンチ	クチャップ・油	玉ねぎ	フルーツ入り カルピス寒天 牛乳	カルピス 寒天 ゼラチン みかん缶 牛乳
				ブロッコリー		塩	ブロッコリー		
				切干大根の炒め煮	塩揚げ	砂糖・しょうゆ・みりん・料理酒・油	切干大根・人参・絹さや		
				味噌汁	味噌・かつお節		白菜・ねぎ		
27	火	マンナ ビスケット	マンナ ビスケット	チンジャオロース	豚肉	オイスターソース・しょうゆ	ピーマン・たけのこ・人参	きなこマカロン 牛乳	マカロン きなこ 砂糖 牛乳
				しゅうまい	しゅうまい	砂糖・料理酒・片栗粉・油	もやし		
				中華スープ	木綿豆腐	シャンタン・塩	ニラ		
				ごはん		米			
28	水	紫いも せんべい	紫いも せんべい	冷やし中華	ササミ・刻みのり	中華めん・しょうゆ・酢・砂糖	トマト・きゅうり・コーン	もちもち チーズパン 牛乳	白玉粉 塩 牛乳 粉チーズ 塩 牛乳
				なすと厚揚げ煮	厚揚げ	しょうゆ・砂糖・みりん	なす・いんげん		
				パイナップル			パイナップル		
29	木	ソフトな 座せん	ソフトな 座せん	鶏のから揚げ	鶏肉	塩・しょうゆ・料理酒	おろし生菓	鶏でとうもろこし 牛乳	とうもろこし 牛乳
				ちやしのソテー		片栗粉・油	ちやし		
				小松菜の鶏和え	刻みのり	しょうゆ・塩・油	ちやし		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布・わかめ	しょうゆ・砂糖	小松菜・人参		
30	金	オレンジ	オレンジ	だらのうま味ソース	たら	しょうゆ・みりん・砂糖・塩	鶏肉・ネギ	クッキー 牛乳	小麦粉 マーガリン 砂糖 牛乳
				チンゲン菜の和え物		砂糖・しょうゆ	チンゲン菜・えのき		
				ひじき煮	ひじき・大豆	こんにゃく・砂糖・しょうゆ	人参・いんげん		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		なす		
31	土	玄米ほんせん	玄米ほんせん	三色丼	牛ミンチ	米・砂糖・しょうゆ・塩	ほうれん草・コーン	ジャムサンド クラッカー 牛乳	クラッカー いちごジャム 牛乳
				じゃが芋の煮物	かつお節・だし昆布	じゃが芋・砂糖・しょうゆ	人参・絹さや		
				味噌汁	味噌・かつお節・だし昆布		白菜・ねぎ		

午前のおやつは、乳児（2歳児）までです。

7月の献立表 離乳食

2021年7月

* 卵は使用していません

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-449Z

日	曜	午前のおやつ	食品	5~6カ月頃 初期		7~8カ月頃 中期		9~11カ月頃 後期		午後のおやつ	食品
				献立名	主な材料	献立名	主な材料	献立名	主な材料		
1	木	赤豆寒	南豆	野菜煮 だし昆布 白菜煮 白菜・だし昆布	玉ねぎ・人参 だし昆布	鶏と野菜煮 だし昆布	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 だし昆布	鶏と野菜煮 だし昆布	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 しょうゆ・だし昆布	パンケーキ	米粉ホットケーキ ミックス
2	金	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	豆焼とブロッコリー煮 だし昆布 キャベツ煮 キャベツ・だし昆布 すまし汁 だし昆布 お粥 米	豆腐・ブロッコリー・人参 だし昆布	豆焼とブロッコリー煮 だし昆布	豆腐・ブロッコリー・人参 だし昆布	豆焼とブロッコリー煮 だし昆布	豆腐・ブロッコリー・人参 しょうゆ	ひじき粥	米 ひじき
3	土	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	ゆわらか煮 だし昆布 小松菜煮 小松菜・だし昆布 すまし汁 だし昆布 お粥 米	玉ねぎ・人参・人参 だし昆布	鶏のゆわらか煮 だし昆布	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 だし昆布	鶏のゆわらか煮 だし昆布	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 しょうゆ・だし昆布	マッシュポテト	じゃが芋
5	月	オレンジ	オレンジ	ほうれん草煮 だし昆布 人参煮 人参・だし昆布 すまし汁 だし昆布 お粥 米	ほうれん草・玉ねぎ だし昆布	魚とほうれん草煮 だし昆布	たら・ほうれん草・玉ねぎ だし昆布	魚とほうれん草煮 だし昆布	たら・ほうれん草・玉ねぎ しょうゆ・だし昆布	わかめ粥	わかめ
6	火	赤いも せんべい	赤いも せんべい	キャベツの煮 だし昆布 チンゲン菜煮 チンゲン菜・だし昆布 すまし汁 だし昆布 お粥 米	キャベツ・人参 だし昆布	鶏とキャベツの煮 だし昆布	鶏ミンチ・キャベツ・人参 だし昆布	鶏とキャベツの煮 だし昆布	鶏ミンチ・キャベツ・人参 しょうゆ・だし昆布	蒸しパン	米粉ホットケーキ ミックス
7	水	七夕まつり ソフトな 豆せん	ソフトな 豆せん	煮込みうどん うどん・玉ねぎ・南瓜 だし昆布 豆腐煮 豆腐・人参・だし昆布 スイカ スイカ	うどん・玉ねぎ・南瓜 だし昆布	煮込みうどん うどん・玉ねぎ・南瓜 だし昆布	うどん・玉ねぎ・南瓜 だし昆布	煮込みうどん うどん・玉ねぎ・南瓜 だし昆布	うどん・玉ねぎ・南瓜 しょうゆ	マカロニ煮	マカロニ 豆腐
8	木	ふゆし	さつまい	野菜煮 だし昆布 ブロッコリー煮 ブロッコリー・だし昆布 すまし汁 だし昆布 お粥 米	玉ねぎ・人参 だし昆布	鶏と野菜煮 だし昆布	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 だし昆布	鶏と野菜煮 だし昆布	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 しょうゆ・だし昆布	コンポート ペビーダノン	りんご 砂糖 ペビーダノン
9	金	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	ゆわらか煮 だし昆布 キャベツ煮 キャベツ・だし昆布 すまし汁 だし昆布 お粥 米	玉ねぎ・人参 だし昆布	ほろのフラワー煮 だし昆布	ほろのフラワー・人参 だし昆布	ほろのフラワー煮 だし昆布	ほろのフラワー・人参 しょうゆ	パンケーキ	米粉ホットケーキ ミックス
10	土	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	煮込みうどん うどん・チンゲン菜・玉ねぎ だし昆布 人参煮 人参・だし昆布 豆腐煮 豆腐・だし昆布	うどん・チンゲン菜・玉ねぎ だし昆布	煮込みうどん うどん・チンゲン菜・玉ねぎ だし昆布	うどん・チンゲン菜・玉ねぎ だし昆布	煮込みうどん うどん・チンゲン菜・玉ねぎ しょうゆ・だし昆布	グリーンピース粥	米 グリーンピース	
12	月	ソフトな 豆せん	ソフトな 豆せん	野菜煮 だし昆布 大根煮 大根・だし昆布 すまし汁 だし昆布 お粥 米	玉ねぎ・人参 だし昆布	鶏と野菜煮 だし昆布	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 だし昆布	鶏と野菜煮 だし昆布	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 しょうゆ	粉ふき芋	じゃが芋
13	火	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	ブロッコリー煮 だし昆布 人参煮 人参・だし昆布 すまし汁 だし昆布 お粥 米	ブロッコリー・玉ねぎ だし昆布	魚のブロッコリー煮 だし昆布	たら・ブロッコリー・玉ねぎ だし昆布	魚のブロッコリー煮 だし昆布	たら・ブロッコリー・玉ねぎ しょうゆ・だし昆布	南蛮蒸しパン	米粉ホットケーキ ミックス 南瓜
14	水	玄米ぼんせん	玄米ぼんせん	豆腐とキャベツ煮 だし昆布 チンゲン菜煮 チンゲン菜・だし昆布 すまし汁 だし昆布 お粥 米	豆腐・キャベツ・人参 だし昆布	豆腐とキャベツ煮 だし昆布	豆腐・キャベツ・人参 だし昆布	豆腐とキャベツ煮 だし昆布	豆腐・キャベツ・人参 しょうゆ・だし昆布	ひじき粥	米 ひじき
15	木	お誕生日会 赤いも せんべい	赤いも せんべい	黒麹 玉ねぎ・人参 じゃが芋煮 じゃが芋・だし昆布 すまし汁 だし昆布 オレンジ オレンジ お粥 軟飯	玉ねぎ・人参 だし昆布	鶏の黒物 だし昆布	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 だし昆布	鶏の黒物 だし昆布	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 しょうゆ	パンケーキ	米粉ホットケーキ ミックス

* おやつは後期からの提供になります。

7月の献立表 離乳食

2021年7月

*卵は使用していません

四天王寺夕陽丘保育園 TEL6772-4497

日	曜	午前のおやつ	食品	5~6カ月頃 初期		7~8カ月頃 中期		9~11カ月頃 後期		午後のおやつ	食品
				献立名	主な材料	献立名	主な材料	献立名	主な材料		
16	金	あぶき芋	じゃが芋	やわらか煮 だし昆布 ほうれん草煮 すまし汁 お粥	玉ねぎ・人参 だし昆布 ほうれん草・だし昆布 だし昆布 米	ほきのやわらか煮 ほうれん草煮 味噌汁 お粥	ほき・玉ねぎ・人参 だし昆布 ほうれん草・だし昆布 大根・だし昆布・味噌 米	ほきのやわらか煮 しょうゆ・だし昆布 ほうれん草・だし昆布 味噌汁 大根・だし昆布・味噌 米	トマト粥	＊トマト	
17	土	ソフトな 菜せん	ソフトな 菜せん	野菜煮 小松菜煮 すまし汁 お粥	玉ねぎ・人参 だし昆布 小松菜・だし昆布 だし昆布 米	鶏と野菜煮 小松菜煮 すまし汁 お粥	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 だし昆布 小松菜・だし昆布 カリフラワー・だし昆布 米	鶏と野菜煮 鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 だし昆布・しょうゆ 小松菜煮 小松菜・だし昆布 カリフラワー・だし昆布 しょうゆ 米	わかめ粥	＊わかめ	
19	月	あちゃん ぜんべい	あちゃん ぜんべい	豆腐のトマト煮 じゃが芋煮 すまし汁 お粥	豆腐・トマト・玉ねぎ 人参・だし昆布 じゃが芋・だし昆布 だし昆布 米	豆腐のトマト煮 じゃが芋煮 すまし汁 お粥	豆腐・トマト・玉ねぎ 人参・だし昆布 じゃが芋・だし昆布 わかめ だし昆布 米	豆腐のトマト煮 豆腐・トマト・玉ねぎ 人参・しょうゆ・だし昆布 じゃが芋・だし昆布 わかめ・しょうゆ だし昆布 米	コンポート ヨーグルトかけ	りんご 砂糖 ヨーグルト	
20	火	苺米ほんせん	苺米ほんせん	チンゲン菜煮 人参煮 すまし汁 お粥	チンゲン菜・玉ねぎ だし昆布 人参・だし昆布 だし昆布 米	たらとチンゲン菜煮 人参煮 味噌汁 お粥	たら・チンゲン菜・玉ねぎ だし昆布 人参・だし昆布 人参・だし昆布 味噌汁 米	たらとチンゲン菜煮 たら・チンゲン菜・玉ねぎ しょうゆ・だし昆布 人参・だし昆布 人参・だし昆布 味噌汁 米	蒸しパン	米粉ホットケーキ ミックス	
21	水	あいら ぜんべい	あいら ぜんべい	やわらか煮 南瓜煮 メロン お粥	玉ねぎ・人参 だし昆布 南瓜・だし昆布 アールスメロン 米	鶏のやわらか煮 南瓜煮 メロン お粥	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 だし昆布 南瓜・だし昆布 アールスメロン 米	鶏のやわらか煮 鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 だし昆布・しょうゆ 南瓜煮 南瓜・だし昆布 アールスメロン 米	さつま芋スティック	さつま芋	
22	木	海の日									
23	金	スポーツの日									
24	土	あちゃん ぜんべい	あちゃん ぜんべい	煮込みうどん さつまいも煮 豆腐煮	うどん・玉ねぎ・人参 だし昆布 さつまいも・だし昆布 豆腐・だし昆布	煮込みうどん さつまいも煮 豆腐煮	うどん・玉ねぎ・人参 だし昆布 さつまいも・だし昆布 豆腐・だし昆布	煮込みうどん うどん・玉ねぎ・人参 しょうゆ・だし昆布 さつまいも煮 さつまいも・だし昆布 豆腐煮 豆腐・だし昆布	ひじき粥	＊ひじき	
26	月	南瓜煮	南瓜	野菜煮 ブロッコリー煮 すまし汁 お粥	玉ねぎ・人参 だし昆布 ブロッコリー・だし昆布 だし昆布 米	魚と野菜煮 ブロッコリー煮 味噌汁 お粥	ほき・玉ねぎ・人参 だし昆布 ブロッコリー・だし昆布 白菜・だし昆布・味噌 米	煮込みハンバーグ 煮込みハンバーグ ブロッコリー煮 ブロッコリー・だし昆布 味噌汁 白菜・だし昆布・味噌 米	ハンケーキ	米粉ホットケーキ ミックス	
27	火	苺米ほんせん	苺米ほんせん	野菜煮 ほうれん草煮 すまし汁 お粥	玉ねぎ・人参 だし昆布 ほうれん草・だし昆布 だし昆布 米	鶏と野菜煮 ほうれん草煮 味噌汁 お粥	鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 だし昆布 ほうれん草・だし昆布 わかめ・だし昆布・味噌 米	鶏と野菜煮 鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 しょうゆ・だし昆布 ほうれん草・だし昆布 わかめ・だし昆布・味噌 米	マカロニ煮	マカロニ 砂糖	
28	水	あいら ぜんべい	あいら ぜんべい	煮込みうどん 豆腐煮 オレンジ	うどん・人参・玉ねぎ だし昆布 豆腐・だし昆布 オレンジ	煮込みうどん 豆腐煮 オレンジ	うどん・人参・玉ねぎ だし昆布 豆腐・だし昆布 豆腐・だし昆布 オレンジ	煮込みうどん うどん・人参・玉ねぎ しょうゆ・だし昆布 豆腐煮 豆腐・だし昆布 オレンジ オレンジ	わかめ粥	＊わかめ	
29	木	ソフトな 菜せん	ソフトな 菜せん	じゃが芋煮 小松菜煮 すまし汁 お粥	じゃが芋・人参 だし昆布 小松菜・だし昆布 だし昆布 米	鶏とじゃが芋煮 小松菜煮 味噌汁 お粥	鶏ミンチ・じゃが芋・人参 だし昆布 小松菜・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布・味噌 米	鶏とじゃが芋煮 鶏ミンチ・じゃが芋・人参 だし昆布・しょうゆ 小松菜煮 小松菜・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布・味噌 米	りんご	りんご	
30	金	オレンジ	オレンジ	チンゲン菜煮 人参煮 すまし汁 お粥	チンゲン菜・玉ねぎ だし昆布 人参・だし昆布 だし昆布 米	魚とチンゲン菜煮 人参煮 味噌汁 お粥	たら・チンゲン菜・玉ねぎ だし昆布 人参・だし昆布 カリフラワー・だし昆布・味噌 米	魚とチンゲン菜煮 たら・チンゲン菜・玉ねぎ だし昆布・しょうゆ 人参煮 人参・だし昆布 味噌汁 カリフラワー・だし昆布・味噌 米	蒸しパン	米粉ホットケーキ ミックス	
31	土	苺米ほんせん	苺米ほんせん	豆腐と野菜煮 ほうれん草煮 すまし汁 お粥	豆腐・玉ねぎ・人参 だし昆布 ほうれん草・だし昆布 だし昆布 米	豆腐と野菜煮 ほうれん草煮 味噌汁 お粥	豆腐・玉ねぎ・人参 だし昆布 ほうれん草・だし昆布 白菜・だし昆布・味噌 米	豆腐と野菜煮 豆腐・玉ねぎ・人参 だし昆布・しょうゆ ほうれん草・だし昆布 白菜・だし昆布・味噌 米	グリーンピース粥	＊グリーンピース	

*おやつは後期からの提供になります。