2023年8月 予定献立表・離乳食

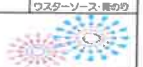
ハッピーちゃいるど保育園

日安月			初期 5・6カ月頃		中期 7・8カ月頃		後期 9~11カ月頃		完了期 12~18カ月頃	
火	1	昼食	おかゆ ブロッコリーのすりながし じゃが芋の煮つぶし スープ ミルク	米 ブロッコリー・玉ねぎ・片栗粉 じゃが芋・人参 南瓜・玉ねぎ	おかゆ 温野菜そぼろ煮 じゃが芋やわらか煮 スープ ミルク	米・ブロッコリー・鰹挽肉 玉ねぎ・片栗粉・じゃが芋 人参・南瓜	軟飯 温野菜そぼろ煮 じゃが芋やわらか煮 味噌汁	米・ブロッコリー・人参・片栗粉 じゃが芋・玉ねぎ・南瓜 ホットケーキミックス 豆乳・りんご	ごはん 鶏肉の竜田揚げ マセドアンサラダ 味噌汁	米・鶏肉・しょうが汁 片栗粉・ブロッコリー・人参 じゃが芋・胡瓜・酢 南瓜・玉ねぎ・味噌 ホットケーキミックス 豆乳・りんご
		おやつ	ミルク		ミルク		アップルスクエア ミルク		アップルスクエア 牛乳	
水	2	昼食	おかゆ 南瓜の煮つぶし ほうれん草のすりながし スープ ミルク	米 南瓜 ほうれん草・人参・片栗粉 大根・玉ねぎ	おかゆ 南瓜のそぼろ煮 やわらか浸し スープ ミルク	米・南瓜・鰹挽肉・玉ねぎ 片栗粉・ほうれん草 人参・ツナ缶・大根	軟飯 南瓜のそぼろ煮 やわらか浸し 味噌汁	米・南瓜・鰹挽肉・玉ねぎ 片栗粉・ほうれん草 人参・ツナ缶・大根 味噌	ごはん 豚肉の甘酢ソテー 菠菜のツナ和え 味噌汁	米・豚肉・しょうが汁 玉ねぎ・南瓜・人参 いんげん・酢・片栗粉 ほうれん草・ツナ缶 ややし・大根・味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		バナナヨーグルト ミルク	ヨーグルト・バナナ	バナナヨーグルト 牛乳	ヨーグルト・バナナ
木	3	昼食	おかゆ ブロッコリーのすりながし 大根のすりながし スープ ミルク	米 ブロッコリー・人参・片栗粉 大根・胡瓜 白菜・玉ねぎ	おかゆ 白身魚の照り煮 大根やわらか煮 スープ ミルク	米・ﾒﾙﾛｰﾈ・トマト・ブロッコリー 大根・胡瓜・人参 片栗粉・白菜・玉ねぎ	軟飯 白身魚の照り煮 大根やわらか煮 味噌汁	米・ﾒﾙﾛｰﾈ・トマト・ブロッコリー 大根・胡瓜・人参 片栗粉・白菜・玉ねぎ 味噌	ごはん 白身魚の香味揚げ 大根サラダ 味噌汁	米・ﾒﾙﾛｰﾈ・しょうが汁 片栗粉・青のり・トマト ブロッコリー・大根・胡瓜 人参・コーン・ﾏﾖﾈｰｽﾞ 白菜・玉ねぎ・味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		そぼろ軟飯 ミルク	米・鶏挽肉	そぼろおにぎり 牛乳	米・鶏挽肉
金	4	昼食	おかゆ 豆腐のすりながし きゃべつのすりながし スープ ミルク	米 豆腐・人参・片栗粉 苔ベつ・胡瓜 大根・ほうれん草	おかゆ 豆腐のそぼろあん きゃべつのやわらか煮 スープ ミルク	米・豆腐・鶏挽肉・人参 玉ねぎ・片栗粉 きゃべつ・胡瓜・大根 ほうれん草	軟飯 豆腐のそぼろあん きゃべつのやわらか煮 味噌汁	米・豆腐・鶏挽肉・人参 玉ねぎ・片栗粉 きゃべつ・胡瓜・大根 ほうれん草・味噌	ごはん 肉豆腐 きゃべつのごま和え 味噌汁	米・豆腐・片栗粉・鶏挽肉 玉ねぎ・人参・いんげん きゃべつ・胡瓜・ごま 大根・ほうれん草 味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		南瓜のあべかわ ミルク	南瓜・きな粉	南瓜のあべかわ 牛乳	南瓜・きな粉
土	5	昼食	おかゆ 玉ねぎのすりながし じゃが芋の煮つぶし スープ ミルク	米 玉ねぎ・人参・片栗粉 じゃが芋 豆腐	おかゆ 白身魚の野菜あん じゃが芋の煮物 スープ ミルク	米・たら・玉ねぎ 人参・ピーマン・片栗粉 じゃが芋・若芽・豆腐	ゆかり軟飯 白身魚の野菜あん じゃが芋の煮物 味噌汁	米・ゆかり・たら・玉ねぎ 人参・ピーマン・片栗粉 じゃが芋・胡瓜 味噌	ゆかりごはん 白身魚の野菜あん ポテトサラダ 味噌汁	米・ゆかり・たら・玉ねぎ 人参・ピーマン・片栗粉 じゃが芋・胡瓜 マヨネーズ・若芽・豆腐 味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		オレンジゼリー ミルク	アガー・オレンジジュース	オレンジゼリー 牛乳	アガー・オレンジジュース
月	7	昼食	おかゆ 豆腐のすりながし 胡瓜のすりながし スープ ミルク	米 豆腐・ほうれん草・片栗粉 胡瓜・きゃべつ 白菜・玉ねぎ	おかゆ そぼろ豆腐 きゃべつのやわらか浸し スープ ミルク	米・豆腐・鶏挽肉・人参 玉ねぎ・ほうれん草 片栗粉・きゃべつ・胡瓜 白菜	軟飯 そぼろ豆腐 きゃべつのやわらか浸し すまし汁	米・豆腐・鶏挽肉・人参 玉ねぎ・ほうれん草 片栗粉・きゃべつ・胡瓜 白菜	ごはん 白身魚の若草焼き 胡瓜のナムル すまし汁	米・豆腐・豚肉・玉ねぎ 人参・ほうれん草 きゃべつ・胡瓜・味噌 白菜
		おやつ	ミルク		ミルク		ココアバナナケーキ ミルク	ホットケーキミックス ココア・バナナ・豆乳	ココアバナナケーキ 牛乳	ホットケーキミックス ココア・バナナ・豆乳
火	8	昼食	おかゆ ほうれん草のすりながし 胡瓜のすりながし スープ ミルク	米 ほうれん草・片栗粉 胡瓜・人参 きゃべつ・玉ねぎ	おかゆ 白身魚のトマト煮 三色やわらか浸し スープ ミルク	米・ﾒﾙﾛｰﾈ・ほうれん草 トマト・片栗粉・もやし 胡瓜・人参・きゃべつ 玉ねぎ	軟飯 白身魚のトマト煮 三色やわらか浸し すまし汁	米・ﾒﾙﾛｰﾈ・ほうれん草 トマト・片栗粉・もやし 胡瓜・人参・きゃべつ 玉ねぎ	ごはん 白身魚の若草焼き 胡瓜のナムル すまし汁	米・ﾒﾙﾛｰﾈ・ほうれん草 味噌・トマト・胡瓜 もやし・人参・酢・ごま ごま油・きゃべつ 玉ねぎ
		おやつ	ミルク		ミルク		そぼろ軟飯 ミルク	米・鶏挽肉・人参	ﾀﾞｭｰｸﾞ(沖縄風ご飯) 牛乳	米・鶏挽肉・人参 小松菜
水	9	昼食	おかゆ じゃが芋の煮つぶし きゃべつのすりながし スープ ミルク	米 じゃが芋・ブロッコリー きゃべつ・人参・片栗粉 ほうれん草・玉ねぎ	おかゆ じゃが芋そぼろ煮 きゃべつのやわらか浸し スープ ミルク	米・じゃが芋・鰹挽肉 玉ねぎ・ブロッコリー・片栗粉 きゃべつ・胡瓜・人参 ほうれん草	軟飯 じゃが芋そぼろ煮 きゃべつのやわらか浸し スープ	米・じゃが芋・鰹挽肉 玉ねぎ・片栗粉・ブロッコリー きゃべつ・胡瓜・ほうれん草	ごはん 鶏肉バーベキューソース コールスローサラダ スープ	米・鶏肉・ケチャップ ウスターソース・ブロッコリー マヨネーズ・じゃが芋・きゃべつ 胡瓜・人参・コーン・酢 ほうれん草
		おやつ	ミルク		ミルク		◆お楽しみおやつ ミルク		◆お楽しみおやつ 牛乳	
木	10	昼食	くだくだうどん 南瓜の煮つぶし スープ ミルク	うどん・きゃべつ・玉ねぎ 人参・片栗粉・南瓜 豆腐・ほうれん草	煮込みうどん 南瓜のやわらか煮 豆腐スープ ミルク	うどん・鰹挽肉・人参 きゃべつ・玉ねぎ 片栗粉・南瓜・豆腐 ほうれん草・長ねぎ	煮込みうどん 南瓜のやわらか煮 フルーツ 豆腐スープ	うどん・鰹挽肉・人参 きゃべつ・玉ねぎ 片栗粉・南瓜・バナナ 豆腐・ほうれん草 長ねぎ	焼きうどん 南瓜きんぴら風 フルーツ 豆腐スープ	うどん・豚挽肉・玉ねぎ きゃべつ・人参・青のり 南瓜・バナナ・豆腐 ほうれん草・長ねぎ
		おやつ	ミルク		ミルク		五平もち(軟飯) ミルク	米・味噌	五平もち 牛乳	米・味噌
金	11	昼食	山の日							
		おやつ								
土	12	昼食	おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりながし スープ ミルク	米 じゃが芋 人参・玉ねぎ・片栗粉 ほうれん草	おかゆ 白身魚の照り煮 人参やわらか煮 スープ ミルク	米・たら・片栗粉・じゃが芋 人参・ツナ缶・ほうれん草 玉ねぎ	軟飯 白身魚の照り煮 人参やわらか煮 味噌汁	米・たら・片栗粉・じゃが芋 人参・ツナ缶・ほうれん草 玉ねぎ・味噌	ごはん 白身魚マヨネーズ焼 人参しりしり 味噌汁	米・たら・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・ｶﾞﾘ粉 じゃが芋・人参・ツナ缶 ほうれん草・玉ねぎ 味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		オレンジポンチ ミルク	バナナ・オレンジジュース	オレンジポンチ 牛乳	バナナ・オレンジジュース
月	14	昼食	くたくたにゅうめん きゃべつのすりながし スープ ミルク	そうめん・玉ねぎ・人参 片栗粉・きゃべつ・胡瓜 ブロッコリー	にゅうめん きゃべつのやわらか浸し スープ ミルク	そうめん・鰹挽肉・人参 玉ねぎ・片栗粉・きゃべつ 胡瓜・バナナ・ブロッコリー	にゅうめん きゃべつやわらか浸し フルーツ スープ	そうめん・鰹挽肉・人参 玉ねぎ・片栗粉・きゃべつ 胡瓜・バナナ・ブロッコリー	ミートソーススパゲティ さわやか漬け フルーツ スープ	ｽﾊﾟｹﾞﾃｨ・鰹挽肉・人参 玉ねぎ・トマト缶・ｹﾁｬｯﾌﾟ ｳｽﾀｰｿｰｽ・きゃべつ 胡瓜・酢・レモン汁 バナナ・ブロッコリー
		おやつ	ミルク		ミルク		わかめ軟飯 ミルク	米・寒天	わかめおにぎり 牛乳	米・寒天
火	15	昼食	おかゆ 豆腐のすりながし 大根のすりながし スープ ミルク	米 豆腐・人参・片栗粉 大根・胡瓜 玉ねぎ・ほうれん草	おかゆ 豆腐のそぼろあん ココロコ野菜煮 スープ ミルク	米・豆腐・鰹挽肉・玉ねぎ 人参・小松菜・片栗粉 大根・胡瓜・ほうれん草	軟飯 豆腐のそぼろあん ココロコ野菜煮 すまし汁	米・豆腐・鰹挽肉・玉ねぎ 人参・小松菜・片栗粉 大根・胡瓜・ほうれん草	豆腐肉みそ丼 スティック野菜マヨ添え フルーツ すまし汁	米・豆腐・鰹ひき肉・人参 玉ねぎ・小松菜・味噌 片栗粉・大根・胡瓜 マヨネーズ・オレンジ ほうれん草
		おやつ	ミルク		ミルク		キャロットゼリー ミルク	人参・りんごジュース レモン汁・粉寒天	キャロットゼリー 牛乳	人参・りんごジュース レモン汁・粉寒天
水	16	昼食	おかゆ さつま芋の煮つぶし ブロッコリーのすりながし スープ ミルク	米 さつま芋・玉ねぎ ブロッコリー・人参・片栗粉 白菜	おかゆ さつま芋そぼろ煮 温野菜やわらか煮 スープ ミルク	米・さつま芋・鰹挽肉 玉ねぎ・人参・片栗粉 ブロッコリー・白菜	軟飯 さつま芋そぼろ煮 温野菜やわらか煮 スープ	米・さつま芋・鰹挽肉 玉ねぎ・人参・片栗粉 ブロッコリー・白菜	さつま芋カレー 温野菜サラダ フルーツ スープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ 人参・さつま芋・ルーﾙ ブロッコリー・コーン・酢 ごま・バナナ・白菜
		おやつ	ミルク		ミルク		食りんごヨーグルトかけ ミルク	りんご・レモン汁 ヨーグルト	食りんごヨーグルトかけ 牛乳	りんご・レモン汁 ヨーグルト

日安月			初期 5・6カ月頃		中期 7・8カ月頃		後期 9~11カ月頃		完了期 12~18カ月頃	
木	17	昼食	おかゆ ブロッコリーのすりながし きゃべつのすりながし スープ ミルク	米 ブロッコリー・人参・片栗粉 きゃべつ・胡瓜 じゃが芋・玉ねぎ	おかゆ 温野菜のそぼろあん きゃべつのやわらか浸し スープ ミルク	米・ブロッコリー・鰹挽肉 玉ねぎ・人参・片栗粉 きゃべつ・胡瓜・じゃが芋	軟飯 温野菜のそぼろあん きゃべつのやわらか浸し スープ	米・ブロッコリー・鰹挽肉 玉ねぎ・人参・片栗粉 きゃべつ・胡瓜・じゃが芋	ごはん 鶏肉のケチャップ煮 きゃべつのごま和え スープ	米・鶏肉・ウスターソース 人参・ﾘﾝｺﾞｼﾞｭｰｽ きゃべつ・胡瓜・ごま じゃが芋
		おやつ	ミルク		ミルク		さけ雑炊 ミルク	米・さけフレーク	さけおにぎり 牛乳	米・さけフレーク
金	18	昼食	おかゆ 南瓜の煮つぶし 白菜のすりながし スープ ミルク	米 南瓜・玉ねぎ 白菜・人参・片栗粉 大根・ほうれん草	おかゆ 南瓜のそぼろ煮 白菜の煮浸し スープ ミルク	米・南瓜・鰹挽肉・玉ねぎ 白菜・ちやし・人参 大根・ほうれん草	軟飯 南瓜のそぼろ煮 白菜の煮浸し 味噌汁	米・南瓜・鰹挽肉・玉ねぎ 白菜・ちやし・人参 大根・ほうれん草 味噌	ごはん 南瓜と鶏の炒り煮 白菜の煮浸し 味噌汁	米・南瓜・鰹肉・玉ねぎ ｸﾞﾘﾝﾋﾟｰｽ・白菜・ちやし 人参・大根・ほうれん草 豆腐
		おやつ	ミルク		ミルク		メイプルクッキー ミルク	小麦粉・メイプルシロップ 豆乳	メイプルクッキー 牛乳	小麦粉・メイプルシロップ 豆乳
土	19	昼食	おかゆ じゃが芋の煮つぶし きゃべつのすりながし スープ ミルク	米 じゃが芋 きゃべつ・人参・片栗粉 玉ねぎ・白菜	おかゆ 白身魚のトマト煮 きゃべつのやわらか浸し スープ ミルク	米・ﾒﾙﾛｰﾈ・じゃが芋 トマト・片栗粉・人参 きゃべつ・玉ねぎ 白菜	軟飯 白身魚のトマト煮 きゃべつのやわらか浸し 味噌汁	米・ﾒﾙﾛｰﾈ・じゃが芋 トマト・片栗粉・人参 きゃべつ・玉ねぎ 白菜・味噌	ごはん 白身魚のコーンマヨ焼 人参ツナサラダ 味噌汁	米・ﾒﾙﾛｰﾈ・マヨネーズ コーン・ﾊﾞﾀ粉・じゃが芋 トマト・人参・きゃべつ ツナ缶・酢・玉ねぎ 白菜・味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		アップルゼリー ミルク	アガー・りんごジュース	アップルゼリー 牛乳	アガー・りんごジュース
月	21	昼食	くたくたにゅうめん じゃが芋の煮つぶし スープ ミルク	そうめん・玉ねぎ・胡瓜 片栗粉・じゃが芋・人参 ほうれん草・豆腐	にゅうめん じゃが芋の煮物 スープ ミルク	そうめん・鰹挽肉・玉ねぎ もやし・胡瓜・片栗粉 じゃが芋・人参 ほうれん草・豆腐	にゅうめん じゃが芋の煮物 スープ	そうめん・鰹挽肉・玉ねぎ もやし・胡瓜・片栗粉 じゃが芋・人参 ほうれん草・豆腐	シャージャー素麺 じゃが芋の煮物 フルーツ スープ	そうめん・豚ひき肉・長ねぎ 味噌・胡瓜・もやし・片栗粉 じゃが芋・人参・玉ねぎ オレンジ・ほうれん草 豆腐
		おやつ	ミルク		ミルク		しらす軟飯 ミルク	米・しらす・人参	しらすおにぎり 牛乳	米・しらす・人参
火	22	昼食	おかゆ さつま芋の煮つぶし ほうれん草すりながし スープ ミルク	米 さつま芋 ほうれん草・人参・片栗粉 きゃべつ	おかゆ 白身魚の照り煮 三色やわらか浸し スープ ミルク	米・たら・いんげん 片栗粉・さつま芋・もやし ほうれん草・人参 きゃべつ・若芽	軟飯 白身魚の照り煮 三色やわらか浸し すまし汁	米・たら・いんげん 片栗粉・さつま芋・もやし ほうれん草・人参 きゃべつ・若芽	ごはん 白身魚豆乳みそ煮 三色和え すまし汁	米・たら・しょうが汁 味噌・豆乳・さつま芋 いんげん・ほうれん草 もやし・人参・きゃべつ 若芽
		おやつ	ミルク		ミルク		キャロットゼリー ミルク	ホットケーキミックス 豆乳・人参	キャロットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス 豆乳・人参
水	23	昼食	おかゆ じゃが芋の煮つぶし きゃべつのすりながし スープ ミルク	米 じゃが芋・ブロッコリー きゃべつ・胡瓜・片栗粉 ほうれん草・玉ねぎ	おかゆ じゃが芋そぼろ煮 きゃべつのやわらか浸し スープ ミルク	米・じゃが芋・鰹挽肉 玉ねぎ・片栗粉・ブロッコリー きゃべつ・胡瓜・ほうれん草	軟飯 じゃが芋そぼろ煮 きゃべつのやわらか浸し 味噌汁	米・じゃが芋・鰹挽肉 玉ねぎ・片栗粉・ブロッコリー きゃべつ・胡瓜・ほうれん草 味噌	ごはん 鶏肉のマヨレード煮 胡瓜のツナ和え 味噌汁	米・鶏肉・片栗粉・玉ねぎ じゃが芋・マヨレード ブロッコリー・ツナ缶 胡瓜・ごま・ほうれん草 味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		バナナきなこサンド ミルク	食パン・バナナ・きな粉	バナナきなこサンド 牛乳	食パン・バナナ・きな粉
木	24	昼食	おかゆ ブロッコリーのすりながし 白菜のすりながし スープ ミルク	米 ブロッコリー・玉ねぎ・片栗粉 白菜・胡瓜 大根	おかゆ 温野菜のそぼろあん 白菜やわらか浸し スープ ミルク	米・ブロッコリー・鰹挽肉 玉ねぎ・片栗粉・白菜 胡瓜・大根	わかめ軟飯 温野菜のそぼろあん 白菜やわらか浸し 味噌汁	米・酢昆・ブロッコリー 鰹挽肉・玉ねぎ・片栗粉 白菜・胡瓜・大根・味噌	若芽ごはん 鶏肉の和風ステーキ さやかん漬け 味噌汁	米・若芽・鰹粉・コーン ブロッコリー・白菜・胡瓜 酢・レモン汁・大根 玉ねぎ・味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		フルーツきんとん ミルク	きつま芋・りんご	フルーツきんとん 牛乳	きつま芋・りんご
金	25	昼食	おかゆ 大根のすりながし ほうれん草すりながし スープ ミルク	米 大根・玉ねぎ・片栗粉 ほうれん草・人参 きゃべつ	おかゆ 大根のそぼろあん やわらか浸し スープ ミルク	米・大根・鰹挽肉・玉ねぎ 人参・片栗粉・ちやし ほうれん草・きゃべつ	軟飯 大根のそぼろあん やわらか浸し スープ	米・大根・鰹挽肉・玉ねぎ 人参・片栗粉・ちやし ほうれん草・きゃべつ	麻婆大根耳 青菜のごま和え フルーツ スープ	米・大根・鰹挽肉・玉ねぎ 人参・味噌・片栗粉 ﾀﾞﾃﾞﾈｰｽ・ほうれん草 ちやし・ごま・バナナ
		おやつ	ミルク		ミルク		マカロニきなこ ミルク	マカロニ・きな粉	マカロニきなこ 牛乳	マカロニ・きな粉
土	26	昼食	おかゆ さつま芋の煮つぶし 大根のすりながし スープ ミルク	米 さつま芋・玉ねぎ 大根・胡瓜・片栗粉 豆腐	おかゆ さつま芋そぼろあん ココロコ野菜煮 スープ ミルク	米・さつま芋・鰹挽肉 玉ねぎ・いんげん・片栗粉 大根・胡瓜・人参・豆腐 長ねぎ	軟飯 さつま芋そぼろあん ココロコ野菜煮 味噌汁	米・さつま芋・鰹挽肉 玉ねぎ・いんげん・片栗粉 大根・胡瓜・人参・豆腐 長ねぎ・味噌	ごはん 鶏肉の甘酢ソテー ズッィ野菜マヨ添え 味噌汁	米・鶏肉・しょうが汁 玉ねぎ・さつま芋 ｽﾞｯｷｰﾆ・いんげん・酢 大根・胡瓜・人参・ﾏﾖﾈｰｽﾞ 豆腐・長ねぎ・味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		グレープゼリー ミルク	アガー・グレープジュース	グレープゼリー 牛乳	アガー・グレープジュース
月	28	昼食	人参粥 胡瓜のすりながし スープ ミルク	米・人参 胡瓜・片栗粉 じゃが芋・玉ねぎ	野菜そぼろ粥 ｶﾘﾌﾗﾜｰのやわらか煮 スープ ミルク	米・鰹挽肉・きゃべつ 人参・ｶﾘﾌﾗﾜｰ・胡瓜 片栗粉・じゃが芋 玉ねぎ	野菜そぼろ粥 ｶﾘﾌﾗﾜｰのやわらか煮 フルーツ 味噌汁	米・鰹挽肉・きゃべつ 人参・ｶﾘﾌﾗﾜｰ・胡瓜 片栗粉・バナナ じゃが芋・玉ねぎ・味噌	ギョウザ丼 ｶﾘﾌﾗﾜｰのｵｰﾛﾗｿｰｽ フルーツ 味噌汁	米・豚ひき肉・しょうが汁 きゃべつ・人参・ニラ 片栗粉・ごま油・胡瓜 ｶﾘﾌﾗﾜｰ・ﾏﾖﾈｰｽﾞ・ｶﾞﾘ粉 バナナ・じゃが芋・玉ねぎ・味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		ゆかり軟飯 ミルク	米・ゆかり	ゆかりおにぎり 牛乳	米・ゆかり
火	29	昼食	おかゆ ブロッコリーのすりながし 南瓜の煮つぶし スープ ミルク	米 ブロッコリー・玉ねぎ・片栗粉 南瓜 きゃべつ・ほうれん草	おかゆ 白身魚のトマト煮 南瓜のやわらか煮 スープ ミルク	米・ほっけ・トマト ブロッコリー・玉ねぎ・片栗粉 南瓜・ほうれん草 きゃべつ	軟飯 白身魚のトマト煮 南瓜のやわらか煮 味噌汁	米・ほっけ・トマト ブロッコリー・玉ねぎ・片栗粉 南瓜・ほうれん草 きゃべつ・味噌	ごはん 白身魚マニオンソース かぼちゃサラダ 味噌汁	米・ほっけ・小麦粉・玉ねぎ 酢・ブロッコリー・トマト 南瓜・胡瓜・マヨネーズ きゃべつ・ほうれん草・味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		みそ蒸しパン ミルク	ホットケーキミックス 味噌・豆乳	みそ蒸しパン 牛乳	ホットケーキミックス 味噌・豆乳
水	30	昼食	おかゆ じゃが芋の煮つぶし 大根のすりながし スープ ミルク	米 じゃが芋・人参 大根・胡瓜 きゃべつ・玉ねぎ	おかゆ じゃが芋そぼろ煮 ココロコ野菜煮 スープ ミルク	米・じゃが芋・鰹挽肉 玉ねぎ・人参・片栗粉 大根・胡瓜・きゃべつ	軟飯 じゃが芋そぼろ煮 ココロコ野菜煮 味噌汁	米・じゃが芋・鰹挽肉 玉ねぎ・人参・片栗粉 大根・胡瓜・きゃべつ 味噌	ごはん 豚ヒレ肉のトマト煮 だいコーンサラダ 味噌汁	米・豚挽肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋・ｶﾅ缶・ｶﾞﾘ粉 ﾊﾞﾀ粉・大根・胡瓜・コーン 酢・きゃべつ・味噌
		おやつ	ミルク		ミルク		きな粉軟飯 ミルク	米・きな粉フレーク	さけおにぎり 牛乳	米・きな粉フレーク
木	31	昼食	おかゆ ほうれん草のすりながし 南瓜の煮つぶし スープ ミルク	米 ほうれん草・人参・片栗粉 南瓜 玉ねぎ			野菜そぼろ丼 南瓜とひじき煮 フルーツ スープ	米・鰹挽肉・ほうれん草 人参・南瓜・ひじき 若芽・玉ねぎ	ビビンバ風 南瓜とひじき煮 フルーツ スープ	米・鰹挽肉・人参・もやし ほうれん草・コーン 南瓜・ひじき・バナナ 若芽・玉ねぎ
		おやつ	ミルク		ミルク		お好み焼風いももち ミルク	じゃが芋・片栗粉 ウスターソース・青のり	お好み焼風いももち 牛乳	じゃが芋・片栗粉 ウスターソース・青のり

☆夏の野菜☆
なす・かぼちゃ・おくら・ゴーヤ
枝豆・ピーマン・レタス・トマト
きゅうり・とうもろこし・とうがん

栄養、水分補給、睡眠を意識して
夏バテに負けない体を作りましょう！！



●ベーコン・ハム・ウインナーは保存料・着色料不使用のものを使用しております。
●ホットケーキミックス・カレールウ・シチュールウ・ハヤシルウの原材・乳製品不使用のものを使用しております。
●昆布は利尻昆布だしと鰹節、スープ・すまし汁は鰹節だしと昆布を使用しています。
■りんごは、離乳食完了期までは加熱したものを提供しています。
※献立は食材の入荷状況により変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。

株式会社 セプト