

2019年 7月 離乳食献立表 アップルナースリー保育園

		前期	中期	後期 完了期
1	月	10倍粥、豆腐煮、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	5倍粥、豆腐煮、 ブロッコリーの煮浸し、みそ汁	軟飯、すき焼き風煮、 ブロッコリーのおかか和え、みそ汁
2	火	10倍粥、鶏肉とじゃが芋の煮物、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉とじゃが芋の煮物、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	納豆ご飯、鶏じゃが、 ほうれん草の胡麻和え、すまし汁
3	水	10倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、みそ汁	5倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、みそ汁	軟飯、サバの塩焼き、 きゅうりとワカメの酢の物、みそ汁
4	木	10倍粥、豚肉とキャベツの煮物、 大根煮、すまし汁	5倍粥、豚肉とキャベツの煮物、 大根煮、すまし汁	軟飯、豚肉のスタミナ炒め、 大根のゆかり和え、すまし汁
5	金	10倍粥、鶏肉の旨煮、 野菜煮、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 野菜煮、すまし汁	七タそうめん、鶏肉のマーマレード焼き、 モロヘイヤの和え物
6・20	土	10倍粥、鶏肉と大根の煮物、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉と大根の煮物、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	軟飯、鶏肉の旨煮、 ほうれん草の和え物、すまし汁
8	月	10倍粥、豆腐煮、 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、豆腐煮、 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	軟飯、ひじき入り豆腐ハンバーグ、 チンゲン菜の炒め物、みそ汁
9	火	10倍粥、豚肉とじゃが芋の煮物、 キャベツの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉とじゃが芋の煮物、 キャベツの煮浸し、すまし汁	ロールパン、ポークビーンズ、 キャベツとりんごのサラダ、コンソメスープ
10	水	10倍粥、魚の煮付け、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 小松菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、サワラの香味焼き、 小松菜の磯辺和え、すまし汁
11	木	10倍粥、鶏肉の旨煮、 キャベツの煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 キャベツの煮浸し、すまし汁	軟飯、鶏ももの風味焼き、 アスパラサラダ、中華スープ
12	金	10倍粥、豚肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	ドライカレー、ブロッコリーのツナ和え、 トマト、わかめスープ
13・27	土	10倍粥、魚の煮付け、 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	5倍粥、魚の煮付け、 チンゲン菜の煮浸し、みそ汁	軟飯、タラの煮付け、 チンゲン菜の和え物、みそ汁
16	火	10倍粥、豆腐煮、 大根煮、みそ汁	5倍粥、豆腐煮、 大根煮、みそ汁	軟飯、厚焼き玉子、 大根の土佐煮、みそ汁
17	水	10倍粥、魚の煮付け、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 小松菜の煮浸し、すまし汁	軟飯、カジキのさっぱり甘酢ソース、 小松菜のソテー、コンソメスープ
18	木	10倍粥、鶏肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、みそ汁	軟飯、鶏肉のねぎ塩焼き、 ほうれん草のしらす和え、みそ汁
19	金	10倍粥、豚肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	中華丼、三色サラダ、 トマト、中華スープ
22	月	10倍粥、豚肉の煮物、 キャベツの煮浸し、みそ汁	5倍粥、豚肉の煮物、 キャベツの煮浸し、みそ汁	軟飯、豚肉のニラ玉炒め、 キャベツサラダ、みそ汁
23	火	10倍粥、鶏肉の旨煮、 野菜煮、すまし汁	5倍粥、鶏肉の旨煮、 野菜煮、すまし汁	軟飯、鶏もも肉の味噌焼き、 ひじき煮、すまし汁
24	水	10倍粥、豚肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の煮物、 ブロッコリーの煮浸し、すまし汁	枝豆ご飯、豚肉と夏野菜のケチャップ炒め、 ブロッコリーサラダ、コンソメスープ
25	木	10倍粥、鶏肉の煮物、 小松菜の煮浸し、すまし汁	5倍粥、鶏肉の煮物、 小松菜の煮浸し、すまし汁	冷麺、中華風和え物、 さつま芋のオレンジ煮
26	金	10倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 野菜煮、すまし汁	いわしの蒲焼丼、なすの味噌炒め、 トマト、すまし汁
29	月	10倍粥、豆腐煮、 南瓜煮、すまし汁	5倍粥、豆腐煮、 南瓜煮、すまし汁	軟飯、豆腐チャンプルー、 南瓜サラダ、コンソメスープ
30	火	10倍粥、豚肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	5倍粥、豚肉の旨煮、 ほうれん草の煮浸し、すまし汁	軟飯、豚肉のニラ炒め、 ほうれん草のナムル、中華スープ
31	水	10倍粥、魚の煮付け、 キャベツの煮浸し、すまし汁	5倍粥、魚の煮付け、 キャベツの煮浸し、すまし汁	軟飯、カレイの磯辺揚げ、 和風サラダ、みそ汁

* 食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

* 個人に合った食材・大きさに刻み提供します。

* 昼食は果物が付きます。

* アレルギーのある子には除去・代替食品を使用します。

卵→タンパク質(肉・魚・大豆等) 牛乳を含む献立・菓子類→ミルクノンウエハース・ミルクノンビスケット等

