

## 2019年度 7月 離乳食予定献立表

野のはな保育園

		1回食 (5~6ヶ月)	2回食 (7~9ヶ月)			1回食 (5~6ヶ月)	2回食 (7~9ヶ月)
1 29  (月)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト 人参 ほうれん草 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 肉団子 わかめときゅうりのサラダ ねぎのすまし汁	8 22  (月)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト かぶ 人参 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 豆腐のたまねぎ煮 きゃべつ和え 人参の煮物 白菜のみそ汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ しらすの青菜煮 じゃがいものみそ汁 くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ 鮭のかぼちゃ煮 ねぎのスープ くだもの
2 16 30 (火)	午前	重湯→7倍がゆ かれいのすり流し ブロッコリー たまねぎ 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ むつの煮魚 小松菜和え物 ブロッコリー 具沢山みそ汁	9 23  (火)	午前	重湯→7倍がゆ たらのすり流し 白菜 じゃがいも 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ たらの煮魚 じゃがいも ほうれんそうのみそ汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ お麩のさつまいも煮 たまねぎのスープ くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ 豆腐のチンゲン菜煮 キャベツのすまし汁 くだもの
3 17 31 (水)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト 大根 チンゲン菜 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 豆腐あんかけ かぼちゃ 大根の煮物 たまねぎのみそ汁	10 24  (水)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト ブロッコリー たまねぎ 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ ささみ肉団子あんかけ ブロッコリーサラダ わかめのすまし汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ ささみのきゃべつ煮 かぶのすまし汁 くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ 納豆のかぶ煮 たまねぎのみそ汁 くだもの
4 18  (木)	午前	重湯→7倍がゆ たらのすり流し キャベツ 人参 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 鮭の磯煮 きゅうりサラダ ミネストローネ	11 25  (木)	午前	重湯→7倍がゆ かれいのすり流し 小松菜 人参 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ かれいのみそ煮 小松菜の和え物 ねぎのみそ汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ 納豆の人参煮 ほうれん草のみそ汁 くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ お麩の大根煮 さつまいものすまし汁 くだもの
5 19  (金)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト たまねぎ ズッキーニ 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 鶏団子あんかけ キャベツサラダ 夏野菜の和え物 白菜のすまし汁	12 26  (金)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト 大根 かぼちゃ 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 豆腐のあんかけ きゅうりの和え物 冬瓜のスープ
	午後		7倍かゆ→全かゆ たらのじゃがいも煮 野菜スープ くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ しらすの小松菜煮 大根のみそ汁 くだもの
6 20  (土)	午前	重湯→7倍がゆ かれいのすり流し 人参 じゃがいも 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ かれいのみそ煮 大根サラダ 粉ふきいも たまねぎのみそ汁	13 27  (土)	午前	重湯→7倍がゆ たらのすり流し かぶ チンゲン菜 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ かじきのあんかけ かぶ和え じゃがいも たまねぎのみそ汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ 豆腐のブロッコリー煮 キャベツのすまし汁 くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ 肉団子の人参煮 野菜スープ くだもの

# 2019年度 7月 離乳食予定献立表

野のはな保育園

		3回食 (10~12ヶ月)		完了食 (13~18ヶ月)		3回食 (10~12ヶ月)		完了食 (13~18ヶ月)	
1 29  (月)	午前	全かゆ→軟飯 肉団子 きゅうりとわかめのサラダ ねぎのすまし汁	ビビンバ軟飯→ごはん れんこん揚げ きゅうりとわかめのサラダ ねぎのすまし汁	8 22  (月)	午前	全かゆ→軟飯 ハンバーグ フレンチサラダ ひじきの煮物 白菜のみそ汁	軟飯→ごはん ハンバーグ フレンチサラダ ひじきの煮物 白菜のみそ汁		
	午後	全かゆ→軟飯 しらすの青菜煮 じゃがいものみそ汁 くだもの	しらす雑炊 チーズ じゃがいものみそ汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 鮭のかぼちゃ煮 ねぎのスープ くだもの	シュガーラスク 田作り風いりこ ねぎのスープ くだもの		
2 16 30  (火)	午前	全かゆ→軟飯 むつの煮魚 小松菜磯和え ブロッコリー 具沢山みそ汁	軟飯→ごはん むつの中華煮 小松菜磯和え ブロッコリー 具沢山みそ汁	9 23  (火)	午前	全かゆ→軟飯 たらの煮魚 じゃがいも えのきのみそ汁	軟飯→ごはん たらの唐揚げ じゃがいもカレー炒め えのきのみそ汁		
	午後	全かゆ→軟飯 お麩のさつまいも煮 たまねぎのスープ くだもの	蒸しパン いりこ たまねぎのスープ くだもの		午後	全かゆ→軟飯 豆腐のチンゲン菜煮 キャベツのすまし汁 くだもの	ホットケーキ レーズン キャベツのすまし汁 くだもの		
3 17 31  (水)	午前	全かゆ→軟飯 豆腐あんかけ トマトサラダ 大根の煮物 もやしみそ汁	軟飯→ごはん 豆腐ステーキ トマトサラダ 大根と麩の煮物 もやしみそ汁	10 24  (水)	午前	全かゆ→軟飯 ささみ和風あんかけ ブロッコリーサラダ おくら和え わかめのすまし汁	カレー軟飯→ごはん ブロッコリーサラダ おくらごま和え わかめのすまし汁		
	午後	全かゆ→軟飯 ささみのキャベツ煮 かぶのすまし汁 くだもの	焼きそば レーズン かぶのすまし汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 納豆のかぶ煮 たまねぎのみそ汁 くだもの	焼きおにぎり レーズン たまねぎのみそ汁 くだもの		
4 18  (木)	午前	全かゆ→軟飯 鮭の磯煮 きゅうりサラダ ミネストローネ	軟飯→ごはん 鮭の青のりパン粉焼き 春雨サラダ アスパラ ミネストローネ	11 25  (木)	午前	全かゆ→軟飯 かれいのみそ煮 小松菜おかか和え なめこのみそ汁	軟飯→ごはん かれいのごまみそ焼き 小松菜おかか和え 焼きビーフン なめこのみそ汁		
	午後	全かゆ→軟飯 納豆の人参煮 ほうれん草みそ汁 くだもの	チャーハンおにぎり 煮豆 ほうれん草みそ汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 お麩の大根煮 さつまいものすまし汁 くだもの	チーズラスク いりこ さつまいものすまし汁 くだもの		
5 19  (金)	午前	全かゆ→軟飯 鶏団子あんかけ キャベツサラダ 夏野菜の和え物 白菜のすまし汁	軟飯→ごはん 鶏団子唐揚げ コーンサラダ 夏野菜のグリル 白菜のすまし汁	12 26  (金)	午前	全かゆ→軟飯 豆腐チャンプルー きゅうりの和えもの なすのみそ炒め 冬瓜のスープ	軟飯→ごはん 高野豆腐のチャンプルー きゅうりの和えもの なすのみそ炒め 冬瓜のスープ		
	午後	全かゆ→軟飯 たらのじゃがいも煮 野菜スープ くだもの	メーブルトースト レーズン 野菜スープ くだもの		午後	全かゆ→軟飯 しらすの小松菜煮 大根のみそ汁 くだもの	フレンチフライ いりこ 大根のみそ汁 くだもの		
6 20  (土)	午前	全かゆ→軟飯 かれいのみそ煮 大根サラダ 粉ふきいも なすのみそ汁	軟飯→ごはん 松風焼き 大根中華サラダ 粉ふきいも なすのみそ汁	13 27  (土)	午前	全かゆ→軟飯 かじきのあんかけ かぶの和え物 ジャーマンポテト たまねぎのみそ汁	あんかけうどん かぶの中華和え ジャーマンポテト バナナ		
	午後	全かゆ→軟飯 豆腐のブロッコリー煮 キャベツのすまし汁 くだもの	ピラフおにぎり チーズ キャベツのすまし汁 くだもの		午後	全かゆ→軟飯 肉団子の人参煮 野菜スープ くだもの	カルシウムラスク チーズ 野菜スープ くだもの		

☆この他に野菜スティックがつきます。  
☆完了食より毎食牛乳がつきます。