

## 2020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 15 29 (水)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト かぼちゃ たまねぎ 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 豆腐のたまねぎソース じゃがいも ミネストローネ	8 22 (水)	午前	重湯→7倍がゆ かれのいすり流し かぼちゃ たまねぎ 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 豆腐の煮物 ブロッコリーサラダ かぼちゃ たまねぎのみそ汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ 納豆のほうれん草煮 ねぎのみそ汁 くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ しらすの人参煮 ねぎのスープ くだもの
2 16 30 (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 鮭のみそ煮 ひじきの煮物 ブロッコリー和え キャベツのみそ汁	9 (木)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト キャベツ たまねぎ 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ かじきのねぎみそ煮 人参あえ 大根の煮物 じゃがいものみそ汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ 肉団子のかぼちゃ煮 チンゲン菜のすまし汁 くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ ささ身肉の冬瓜煮 小松菜のすまし汁 くだもの
3 17 31 (金)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト 小松菜 かぶ 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 豆腐のすき煮 きゅうりあえ ねぎのすまし汁	10 (金)	午前	重湯→7倍がゆ たらのすり流し かぶ ほうれん草 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ ささ身の夏野菜煮 キャベツ 三色和え ねぎのすまし汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ たらのたまねぎ煮 じゃがいものスープ くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ 納豆の人参煮 たまねぎのスープ くだもの
4 18 (土)	午前	重湯→7倍がゆ かれのいすり流し 大根 じゃがいも 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ ささみ団子のやわらか煮 磯和え かぶのみそ汁	11 25 (土)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト じゃがいも 人参 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 煮豆腐 きゅうりの和え物 キャベツのみそ汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ 麩の大根煮 野菜スープ くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ かれのいチンゲン菜煮 野菜スープ くだもの
6 20 (月)	午前	重湯→7倍がゆ たらのすり流し 大根 チンゲン菜 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ たらの煮魚 人参あえ キャベツの和え物 大根おろし汁	13 27 (月)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト チンゲン菜 キャベツ 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 豆腐あんかけ きゅうりとわかめあえ 人参 具沢山みそ汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ 豆腐のたまねぎ煮 ほうれん草すまし汁 くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ しらすの枝豆煮 青菜のすまし汁 くだもの
7 21 (火)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐ペースト 小松菜 人参 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ 豆腐の野菜煮 小松菜ひじきあえ ねぎのすまし汁	14 28 (火)	午前	重湯→7倍がゆ かれのいすり流し 人参 かぼちゃ 野菜スープ	7倍かゆ→全かゆ かれのい野菜煮 モロヘイヤ和え 冬瓜のみそ汁
	午後		7倍かゆ→全かゆ 麩のかぶ煮 かぼちゃのみそ汁 くだもの		午後		7倍かゆ→全かゆ 豆腐の人参煮 たまねぎのスープ くだもの

# 2020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)
15	午前	全がゆ→軟飯 ささ身肉のたまねぎソース マッシュポテト トマト ミネストローネ	軟飯→ごはん ささ身肉のたまねぎソース マッシュポテト トマトの香りサラダ ミネストローネ	8 22 (水)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐の煮物 ブロッコリーサラダ かぼちゃ たまねぎのみそ汁	軟飯→ごはん 豆腐と青菜のチャンプルー ブロッコリーサラダ かぼちゃ なすのみそ汁
	午後	全がゆ→軟飯 納豆のほうれん草煮 ねぎのみそ汁 くだもの	焼きおにぎり いりこ ねぎのみそ汁 くだもの		午後	全がゆ→軟飯 しらすの人参煮 ねぎのスープ くだもの	ホットケーキ チーズ ねぎのスープ くだもの
16	午前	全がゆ→軟飯 鮭のみそ煮 ひじきの煮物 ブロッコリー和え しめじのみそ汁	軟飯→ごはん 鮭のスタミナ焼き ブロッコリーナムル ひじきと大豆の煮物 しめじのみそ汁	9 (木)	午前	全がゆ→軟飯 かじきのねぎみそ焼 人参サラダ 切干大根と麩の煮物 じゃがいものみそ汁	軟飯→ごはん かじきのねぎみそ焼き 人参サラダ 切干大根と麩の煮物 じゃがいものみそ汁
	午後	全がゆ→軟飯 肉団子のかぼちゃ煮 チンゲン菜のすまし汁 くだもの	大学かぼちゃ レーズン チンゲン菜のすまし汁 くだもの		午後	全がゆ→軟飯 ささ身肉の冬瓜煮 小松菜のすまし汁 くだもの	茶飯おにぎり 焼きとうもろこし 小松菜のすまし汁 くだもの
17	午前	全がゆ→軟飯 豆腐のすき煮 二色変わり漬け ねぎのすまし汁	豚丼 二色変わり漬け アスパラ炒め お麩のすまし汁	10 (金)	午前	全がゆ→軟飯 ささ身肉の夏野菜煮 キャベツ炒め 三色和え きのこのすまし汁	夏野菜カレー キャベツ炒め 三色塩ナムル きのこのすまし汁
	午後	全がゆ→軟飯 たらのたまねぎ煮 じゃがいものスープ くだもの	シュガーラスク チーズ じゃがいものスープ くだもの		午後	全がゆ→軟飯 納豆の人参煮 たまねぎのスープ くだもの	黒糖みそ蒸しパン レーズン たまねぎのスープ くだもの
18	午前	全がゆ→軟飯 松風焼き 磯和え なすのみそ炒め かぶのみそ汁	軟飯→ごはん 松風焼き 磯和え なすのみそ炒め かぶのみそ汁	11 25 (土)	午前	全がゆ→軟飯 煮豆腐 きゅうりの和え物 きゃべつのみそ汁	軟飯→ごはん 鶏肉入り五目豆 れんこん塩炒め スナッパえんどうのソテー キャベツのみそ汁
	午後	全がゆ→軟飯 麩の大根煮 野菜スープ くだもの	なめしおにぎり 田作り風いりこ 野菜スープ くだもの		午後	全がゆ→軟飯 かれいのチンゲン菜煮 野菜スープ くだもの	メープルトースト いりこ 野菜スープ くだもの
20	午前	全がゆ→軟飯 たらの煮魚 焼きビーフン オクラのごま和え 大根おろし汁	軟飯→ごはん たらの煮魚 焼きビーフン おくらのごま和え 大根おろし汁	13 27 (月)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐ステーキ きゅうりとわかめのサラダ 具沢山みそ汁	軟飯→ごはん 豆腐ステーキ 人参フライ きゅうりとわかめのサラダ 根菜みそ汁
	午後	全がゆ→軟飯 豆腐のたまねぎ煮 ほうれん草すまし汁 くだもの	ジャムサンド いりこ ほうれん草すまし汁 くだもの		午後	全がゆ→軟飯 しらすの枝豆煮 青菜のすまし汁 くだもの	枝豆おにぎり チーズ 青菜のすまし汁 くだもの
21	午前	全がゆ→軟飯 肉団子の野菜煮 小松菜ひじきのサラダ ねぎのすまし汁	軟飯→ごはん 肉団子の野菜煮 小松菜ひじきサラダ たたきごぼう ねぎのすまし汁	14 28 (火)	午前	全がゆ→軟飯 かれいの野菜煮 モロヘイヤ和え 春雨サラダ 冬瓜のみそ汁	軟飯→ごはん かれいの南蛮漬け モロヘイヤ納豆 春雨サラダ 冬瓜のみそ汁
	午後	全がゆ→軟飯 麩のかぶ煮 かぼちゃのみそ汁 くだもの	ピラフおにぎり 枝豆 かぼちゃのみそ汁 くだもの		午後	全がゆ→軟飯 豆腐の人参煮 たまねぎのスープ くだもの	カルシウムラスク 煮豆 たまねぎのスープ 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。