

希望の硬さに○をつけてください

# 7月 離乳食献立表

ごはんの硬さ：10倍・7倍・5倍(おかゆ)・軟飯・ごはん

曜日	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土
日	1	3	4	5	6	7	8	10	11	12	13	14	15
おやつ	10時 15時 ハイハイン 麦茶 ナイススティック リンゴ ジュース	ヨーグルト 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 マンナウエファ 麦茶	ハイハイン 麦茶 バナナ 麦茶	ハイハイン 麦茶 わかめごはん 麦茶	チーズ 麦茶 ヨーグルト 麦茶	ハイハイン 麦茶 ワッフル リンゴジュース	ハイハイン 麦茶 ツナパンケーキ 麦茶	ヨーグルト 麦茶 おなかご飯 麦茶	チーズ 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 バナナ 麦茶	ハイハイン 麦茶 煮込みうどん 麦茶	ハイハイン 麦茶 クリームパン 麦茶
主食	うどん	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	うどん	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	食パン	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯
副食	肉みそうどん ブロッコリーサラダ 麦茶 オレンジ	オムレツ キャベツとトマトのサラダ スープ オレンジ	鮭のみそ焼き にんじんスティック すまし汁 グレープフルーツ	豚肉のケチャップ煮 ブロッコリーのサラダ コンソメスープ チーズ	揚げ豆腐 もやしと小松菜の塩ごま和え みそ汁 バナナ	焼きうどん 鶏肉の照り焼き きゅうりの浅漬け スープ すいか	マーボー豆腐丼 わかめスープ ヨーグルト	豚肉の中華煮 ほうれん草のごま和え わかめスープ ヨーグルト	かぼちゃオムレツ ふかしいも トマトスープ バナナ	鮭の塩焼き にんじんスティック 豚汁 すいか	鶏肉のごまみそ焼き 野菜炒め すまし汁 オレンジ	豚肉のトマト煮 ほうれん草のお浸し かぶのスープ グレープフルーツ	そうめん おにぎり 麦茶 オレンジ
お昼	ゆでうどん 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン しいたけ 油 みそ 酒 砂糖 片栗粉 ブロッコリー 和風ドレッシング 麦茶 オレンジ 〈おやつ〉 ナイススティック(市販) 幼児リンゴジュース	卵 豚ひき肉 たまねぎ にんじん 砂糖 塩 キャベツ トマト コーン缶 塩 たまねぎ さつまいも にんじん えのき 中華だしの素 塩 オレンジ 〈おやつ〉 小麦粉 ベーキングパウダー	鮭 みそ 砂糖 にんじん しょうゆ 油 中華だしの素 ケチャップ 砂糖 木綿豆腐 ほうれん草 にんじん カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ グレープフルーツ	豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 油 しょうゆ 中華だしの素 ケチャップ 砂糖 しょうゆ かつお節 鶏肉 きゅうり 塩 にんじん もやし 中華だしの素 塩 バナナ 〈おやつ〉 ごはん わかめごはんの素	木綿豆腐 卵 にんじん しいたけ 油 しょうゆ 砂糖 塩 もやし 小松菜 砂糖 塩 ごま なす たまねぎ えのき わかめ 和風だしの素 みそ バナナ 〈おやつ〉 ごはん わかめごはんの素	うどん 豚肉 もやし キャベツ にんじん たまねぎ 油 塩 しょうゆ かつお節 鶏肉 きゅうり 塩 にんじん もやし 中華だしの素 塩 すいか	木綿豆腐 豚ひき肉 しょうが ごま油 みそ しょうゆ 酒 砂糖 片栗粉 わかめ もやし ねぎ コーン缶 中華だしの素 ヨーグルト 〈おやつ〉 ワッフル(市販) 幼児リンゴジュース	豚肉 にんじん 中華だしの素 しょうゆ 片栗粉 ほうれん草 もやし コーン缶 塩 ごま わかめ にんじん ねぎ 中華だしの素 塩 ハバナ 〈おやつ〉 ごはん 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	卵 たまねぎ かぼちゃ ほうれん草 塩 にんじん しょうゆ 豚肉 はくさい にんじん ねぎ 和風だしの素 みそ すいか バナナ 〈おやつ〉 ごはん しょうゆ かつお節 ハバナ 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	鶏肉 みそ しょうゆ ごま もやし にんじん コーン缶 しょうゆ 木綿豆腐 もやし ねぎ 和風だしの素 しょうゆ オレンジ	豚肉 たまねぎ じゃがいも にんじん トマト缶 砂糖 中華だしの素 ごま たまご 砂糖 きゅうり ハム オクラ ミニトマト かぶ にんじん 中華だしの素 塩 グレープフルーツ 〈おやつ〉 うどん ツナ たまねぎ にんじん 和風だしの素 しょうゆ 砂糖	そうめん ねぎ 和風だしの素 しょうゆ みりん ごま たまご 砂糖 きゅうり ハム オクラ ミニトマト 御飯 粟飯の素 麦茶 オレンジ 〈おやつ〉 クリームパン(市販) 幼児リンゴジュース	
曜日	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	
日	18	19	20	21	22	24	25	26	27	28	29	31	
おやつ	10時 15時 ハイハイン 麦茶 こまパンケーキ 麦茶	ハイハイン 麦茶 ヨーグルト 麦茶	チーズ 麦茶 食パン 麦茶	ハイハイン 麦茶 マンナビスケット りんご ジュース	ハイハイン 麦茶 カスタードケーキ りんご ジュース	チーズ 麦茶 スープかけご飯 麦茶	ハイハイン 麦茶 マンナウエファ 麦茶	ハイハイン 麦茶 チーズ蒸しパン 麦茶	バナナ 麦茶 わかめご飯 麦茶	ヨーグルト 麦茶 バナナ 麦茶	ハイハイン 麦茶 マラーカオ リンゴ ジュース	チーズ 麦茶 ほうれん草カップケーキ 麦茶	
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯
副食	豚肉の中華煮 豆腐サラダ スープ チーズ	鮭の塩焼き 蒸しかぼちゃ みそ汁 すいか	白菜の卵とじ 野菜スティック すまし汁 オレンジ	ハンバーグ 温野菜 きのこスープ ヨーグルト	スパゲティ(ツナ・トマ ト) わかめスープ チーズ	冷しうどん 鶏肉の照り焼き もやしのごま和え グレープフルーツ	鶏肉の照り焼き ほうれん草とコーンのソ ープ バナナ	卵焼き にんじんスティック みそ汁 ヨーグルト	納豆ごはん いんげんのツナ和え すまし汁 チーズ	三色丼 きゅうりのおかか和え すまし汁 オレンジ	ヒビンパ 中華スープ ヨーグルト	豚肉と野菜の煮物 粉ふき手 豆腐スープ オレンジ	
お昼	豚肉 なす たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 木綿豆腐 ツナ キャベツ きゅうり にんじん しょうゆ 砂糖 たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 チーズ 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー ごま	鮭 塩 かぼちゃ 木綿豆腐 なす たまねぎ にんじん えのき 和風だしの素 みそ すいか 〈おやつ〉 ハッピーダノン	白菜 にんじん ねぎ えのき 和風だしの素 しょうゆ 卵 だいこん きゅうり にんじん しょうゆ 小松菜 もやし にんじん 和風だしの素 しょうゆ オレンジ	豚ひき肉 たまねぎ 塩 片栗粉 キャベツ きゅうり にんじん 塩 えのき しめじ たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 ベビーダノン	スパゲティ たまねぎ 小松菜 油 ツナ缶 トマト缶 ケチャップ 塩 パセリ粉 わかめ もやし コーン缶 中華だしの素 塩 チーズ 〈おやつ〉 カスタードケーキ(市 販) 豚ひき肉 とまご なす 中華だしの素 塩	うどん きゅうり 錦糸卵 和風だしの素 しょうゆ 砂糖 鶏肉 しょうゆ 砂糖 もやし にんじん 塩 ごま グレープフルーツ 〈おやつ〉 ごはん 豚ひき肉 とまご なす 中華だしの素 塩	鶏肉 しょうゆ 砂糖 ほうれん草 キャベツ コーン缶 しめじ 油 塩 たまねぎ さつまいも にんじん えのき 中華だしの素 塩 バナナ	卵 いんげん 豚ひき肉 和風だしの素 砂糖 塩 にんじん しょうゆ 砂糖 塩 小松菜 もやし にんじん 和風だしの素 みそ ハバナ ベビーダノン	ひきわり納豆 しょうゆ 砂糖 卵 砂糖 塩 ほうれん草 しょうゆ キャベツ ねぎ えのき 和風だしの素 しょうゆ チーズ 〈おやつ〉 ごはん わかめごはんの素 バナナ ベビーダノン	鮭 しょうゆ 砂糖 卵 砂糖 塩 ほうれん草 しょうゆ キャベツ ねぎ きゅうり かつお節 木綿豆腐 だいこん にんじん 和風だしの素 しょうゆ オレンジ	豚肉 キャベツ にんじん 中華だしの素 しょうゆ じゃがいも 塩 あおのり 木綿豆腐 もやし 中華だしの素 塩 オレンジ 〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー ほうれん草 〈おやつ〉 マラーカオ(市販) 幼児リンゴジュース		

※上記の献立・食材でまだご自宅で食べていない食材がありましたら、献立名と食材にチェックしてご自宅でコピーの上、1枚担任にお渡しください。  
 ※離乳食での油は少量で使います。  
 ※都合により献立が変更になる場合があります。  
 ※土曜日献立は幼児食と同様の献立になっています。土曜希望保育の場合、食べられる食材(離乳食)で提供させていただきます。  
 ※ヨーグルトはベビーダノンを提供させていただきます。

くらす：ひよこ組 おなまえ：