



7月離乳食予定献立表



令和4年6月30日 小柳保育園

日	曜日	献立	主な食材
1	金	とうもろこしごはん ちゃんぽんスープ風 つくね きゅうりの出汁和え 果物	コーン きゃべつ もやし 人参 玉ねぎ 豚肉 とりひき きゅうり 果物
2	土	親子丼 サラダ 幼児果汁	卵 鶏肉 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 幼児果汁
4	月	野菜の煮込みうどん 果物	卵 わかめ 水菜 人参 もやし うどん 果物
5	火	<七夕集会>そぼろ丼 天の川そうめん 芋マッシュ サラダ ミートボール 果物	とりひき 卵 そうめん おくら 人参 じゃがいも レタス きゅうり トマト 果物
6	水	ごはん 魚の煮付け 温野菜サラダ かぼちゃ煮 味噌汁 果物	魚 コーン 人参 きゃべつ かぼちゃ 麩 果物
7	木	パン 野菜のクリーム煮 人参サラダ ほうれん草ソテー 春雨スープ 果物	パン コーン じゃがいも 鶏肉 人参 ほうれん草 しめじ 春雨 卵 長ねぎ 果物
8	金	ひじきごはん 魚のムニエル ブロッコリー 豚汁風味味噌汁 果物	ひじき 人参 ブロッコリー 玉ねぎ 大根 豚肉 果物
9	土	二色丼 野菜サラダ 果汁	とりひき 人参 レタス きゅうり トマト 卵 果汁
11	月	ふわふわ卵煮込みうどん 果物	ほうれん草 人参 大根 鶏肉 卵 果物
12	火	ごはん 焼肉風 もやしナムル トマト 味噌汁 果物	豚肉 玉ねぎ もやし 人参 トマト きゃべつ 果物
13	水	ごはん 魚のムニエル ほうれん草の出汁煮 ひじき煮 味噌汁 果物	魚 ほうれん草 人参 ひじき 卵 玉ねぎ 果物
14	木	パン ミートソーススパゲティー 大根煮 炒り玉子 野菜スープ 果物	パン 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 大根 きゅうり 卵 きゃべつ コーン 果物
15	金	焼き鳥丼 もやしと小松菜の和え物 トマト 味噌汁 果物	鶏もも肉 玉ねぎ もやし 小松菜 人参 トマト 豆腐 果物
16	土	 お弁当の日 	
19	火	ごはん 肉じゃが ブロッコリーのツナ和え 味噌汁 果物	じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー シーチキン わかめ 板麩 果物
20	水	ごはん 煮魚 人参のきんぴら ほうれん草の和え物 味噌汁 果物	魚 人参 ほうれん草 ちりめん 白菜 果物
21	木	パン 冷しゃぶ風サラダ 人参煮 きのこスパ 卵スープ 果物	パン 豚肉 レタス きゅうり 人参 しめじ 玉ねぎ スパゲティー 卵 果物
22	金	納豆ごはん ハンバーグ 千切りサラダ けんちん汁 果物	納豆 ハンバーグ きゃべつ 人参 大根 白菜 ごぼう 鶏もも しいたけ 果物
23	土	ごはん 肉じゃが サラダ 幼児果汁	牛肉 人参 玉ねぎ じゃがいも 卵 レタス きゅうり トマト 幼児果汁
25	月	味噌煮込みうどん 果物	もやし わかめ 長ねぎ ほうれん草 豚肉 うどん 果物
26	火	<夏祭りごっこ> 焼うどん チキンバーグ 野菜サラダ さつま芋マッシュ スープ 果物	きゃべつ 豚肉 うどん 人参 レタス きゅうり トマト さつま芋 チキンバーグ 果汁 果物
27	水	ごはん 焼き鮭 きゃべつのスープ煮 ポテトサラダ 味噌汁 果物	鮭 きゃべつ 人参 きゅうり じゃがいも 玉ねぎ 味噌汁 果物
28	木	ごはん 豆腐あんかけ 小松菜お浸し 味噌汁 果物	豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 小松菜 なす 果物
29	金	納豆ご飯 豚汁 スパゲティー 果物	大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 スパゲティー きゅうり 納豆 果物
30	土	ごはん 肉豆腐 野菜サラダ 果汁	豚肉 豆腐 人参 じゃがいも 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 卵 果汁

◎米飯は離乳食の進みと月齢に合わせておかゆ、軟飯、ごはんのいずれかで提供しています。
◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

離乳食用食器の選び方

赤ちゃんが使うスプーンは、柄が握りやすく、くぼみが浅いものを選びます。フォークは、溝が深めのほうが食べ物を刺しやすく、麺類もからめやすいでしょう。お皿は、縁が直角に立ち上がっているほうが、食べ物が簡単にすくえます。



食べ物によるアレルギー症状や体質的に留意が必要な場合はすぐにお知らせください。
食材除去食、対応食を用意します。
アレルギーの場合は医師の所見等も添えて