



7月離乳食予定献立



2020年6月30日 小柳保育園

日	曜日	献立	主な食材
1	水	煮魚 ほうれん草お浸し かぼちゃ煮 卵の味噌汁 果物	白身魚・ほうれん草・かぼちゃ 卵・果物
2	木	パン ミートボール グラタン風 温野菜サラダ スープ 果物	パン・ミートボール・マカロニ・玉ねぎ・ブロッコリー ほうれん草・果物
3	金	納豆ご飯 千切りスープ 豆腐煮 大根煮 果物	納豆・人参・長ねぎ・卵・春雨・椎茸 豆腐・大根・果物
4	土	焼き鳥丼 野菜サラダ 果汁	鶏肉・玉ねぎ レタス・きゅうり・トマト・果汁
6	月	野菜煮こみうどん 果物	うどん・わかめ・ほうれん草・大根・人参 鶏肉・卵・果物
7	火	<七夕集会>そうめん 鶏肉の柔らか煮 サラダ ミニトマト メロン	そうめん・鶏肉・玉ねぎ・レタス・きゅうり ミニトマト・果物
8	水	魚のあんかけ じゃがいも煮 小松菜お浸し 味噌汁 果物	魚・じゃがいも・小松菜・わかめ 玉ねぎ・果物
9	木	豚肉の柔らか煮 きゃべつのスープ煮 スパ炒め 味噌汁 果物	豚肉・キャベツ・スパゲティ・玉ねぎ 大根・果物
10	金	ひじきごはん かきたま汁 肉じゃが 野菜煮 果物	ひじき・人参・卵・えのき・じゃがいも 玉ねぎ・かぶ・果物
11	土	肉じゃが サラダ 果汁	じゃがいも・人参・玉ねぎ・牛肉 レタス・きゅうり・トマト・果汁
13	月	卵とじうどん 果物	卵・大根・人参・長ねぎ・豚肉 果物
14	火	ピラフ チキンバーグ ブロッコリー マッシュポテト スープ 果物	チキンバーグ・キャベツ・人参・ブロッコリー じゃがいも 果物
15	水	焼き鮭 人参煮 白菜お浸し 豚汁風味味噌汁 果物	鮭・人参・白菜・玉ねぎ 果物
16	木	ミートソーススパゲティ グリーンサラダ 炒り卵 野菜スープ 果物	豚ひき・人参・玉ねぎ・スパゲティ・ブロッコリー 卵・キャベツ・果物
17	金	肉豆腐 サラダ 果汁	豚肉・豆腐・玉ねぎ・人参・レタス・きゅうり トマト・卵・果汁
18	土	豚汁 マカロニ煮 納豆 バナナ	キャベツ・豚肉・人参・じゃがいも・玉ねぎ 豆腐・マカロニ・納豆・バナナ
20	月	冷しうどん 果物	うどん・わかめ・ほうれん草・大根・人参・卵 果物
21	火	酢豚風 ブロッコリーのツナ和え 味噌汁 果物	鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・ブロッコリー ツナ・麩・果物
22	水	魚のムニエル 春雨サラダ 枝豆 ほうれん草のソテー 味噌汁 果物	白身魚・春雨・人参・きゅうり・枝豆 ほうれん草・果物
25	土	そぼろ丼 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
27	月	ちゃんぽん風うどん 果物	キャベツ・人参・豚肉・もやし・うどん 果物
28	火	バラ焼き風 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 豆腐・果物
29	水	焼うどん サラダ チキンボール スープ 果物	うどん・人参・キャベツ・レタス・きゅうり トマト・チキンボール・長ねぎ・わかめ・果物
30	木	オムライス ハンバーグ 野菜煮 果物	ハンバーグ・卵・玉ねぎ・人参・ブロッコリー 果物
31	金	親子丼 大根サラダ 具沢山味噌汁 果物	鶏肉・玉ねぎ・卵・大根 人参・ほうれん草・果物

◎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お出ししています。
◎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、対応食を用います。
アレルギーの場合は医師の所見等も添えて詳細にお知らせください。