



7月離乳食予定献立



令和3年6月30日 小柳保育園

日	曜日	献立	主な食材
1	木	パン スパニッシュオムレツ風 じゃがいも煮 グリーンサラダ スープ 果物	パン 卵 じゃがいも ほうれん草 玉ねぎ レタス きゅうり ブロッコリー わかめ 麩 果物
2	金	ひじきごはん 白身魚のねぎソースかけ もやしの胡麻和え 千切りスープ 果物	ひじき 人参 白身魚 長ねぎ もやし 人参 春雨 チンゲン菜 果物
3	土	ごはん 肉じゃが サラダ 果汁	じゃがいも 人参 玉ねぎ 牛肉 卵 レタス きゅうり トマト 果汁
5	月	野菜の煮込みうどん 果物	卵 わかめ ほうれん草 人参 大根 うどん 果物
6	火	<七夕集会> コロコロおにぎり 天の川そうめん 星ポテ チキンボール 野菜煮 果物	そうめん 人参 ほうれん草 じゃがいも チキンボール かぶ
7	水	ごはん 魚の蒲焼 ブロッコリーのスープ煮 千切り大根煮 味噌汁 果物	魚 ブロッコリー 人参 大根 わかめ 果物
8	木	パン ミートソーススパゲティー 大根の千切り煮 炒り卵 ほうれん草のスープ 果物	パン 豚ひき肉 人参 玉ねぎ トマト 大根 きゅうり 卵 ほうれん草 果物
9	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
10	土	牛丼風 サラダ 果汁	じゃがいも 人参 玉ねぎ 牛肉 卵 レタス きゅうり トマト 果汁
12	月	野菜たっぷりにゅう麺 果物	そうめん もやし 人参 長ねぎ 卵 豚肉 果物
13	火	ごはん 鶏肉の柔らか煮 小松菜煮びたし ブロッコリーのスープ煮 味噌汁 果物	鶏肉 小松菜 ブロッコリー 人参 豆腐 果物
14	水	ごはん 焼き鮭 もやしナムル風 さつま芋煮 豚汁風味味噌汁 果物	鮭 もやし 人参 ほうれん草 さつま芋 玉ねぎ 果物
15	木	<お誕生会> 卵のあんかけ丼 トマト 野菜のお浸し 澄まし汁 果物	卵 人参 玉ねぎ 豚肉 トマト 白菜 豆腐 ほうれん草 果物
16	金	納豆ご飯 けんちん汁 きゃべつのスープ煮 豆腐ステーキ風 果物	納豆 人参 大根 ねぎ 鶏肉 小松菜 豆腐 キャベツ 果物
17	土	<ばら組お泊り保育> ごはん 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
19	月	肉うどん 果物	うどん 卵 豚肉 長ねぎ ほうれん草 果物
20	火	ごはん 生姜焼き風 きゃべつ煮 ポテトサラダ 味噌汁 果物	玉ねぎ きゃべつ じゃがいも 人参 豆腐 果物
21	水	ごはん 鮭と野菜の蒸し煮 ほうれん草おひたし もやし炒め 味噌汁 果物	鮭 玉ねぎ ほうれん草 もやし 人参 きゃべつ 果物
24	土	焼き鳥丼 野菜サラダ 果汁	卵 鶏肉 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 果汁
26	月	冷しそうめん 果物	そうめん 卵 トマト 豚肉 きゅうり もやし 果物
27	火	<夏祭りごっこ> 焼うどん ミートボール 野菜サラダ さつま芋マッシュ 幼児果汁 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 ミートボール 果汁 果物
28	水	ごはん 煮魚 白菜のお浸し 卵焼き 大根煮 味噌汁 果物	魚 白菜 人参 卵 大根 麩 果物
29	木	オムライス風 温野菜サラダ コロコロポテト 果汁	卵 玉ねぎ 人参 ブロッコリー じゃがいも 豆腐 果物
30	金	納豆ご飯 豚汁 マカロニサラダ 納豆 果物	納豆 大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 マカロニ きゅうり 納豆 果物
31	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

◎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。



おねがい

- 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、対応食を留意します。
- 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。