

7月の予定献立（後期食 9～11ヶ月）



日付	曜日	献立名	午前おやつ	午後おやつ	使用予定の食材
1	水	軟飯 みそ汁 たらほイル蒸し 大根の煮物	野菜スナック	さつま芋マッシュ	えのき、じゃが芋、豆腐、たら ブロッコリー、大根、人参、さつま芋
2	木	トマトスパゲティー スープ ブロッコリーのサラダ	ベビーせんべい	パンがゆ	パスタ、豚肉、玉葱、人参、トマト きゃべつ、ブロッコリー、パプリカ ツナ、食パン
3	金	軟飯 みそ汁 鮭のコーン焼き ピーマンの炒め物	おやさいリング	ビスケット	もやし、しめじ、豆腐、鮭、コーン ピーマン、人参
4	土	スケッチ祭り			
6	月	軟飯 みそ汁 青菜としらすの炒め物 春雨サラダ	お魚すなっく	ヨーグルト	もやし、しめじ、豆腐、小松菜、しらす 人参、春雨、きゅうり、ヨーグルト
7	火	煮込みうどん ハンバーグ かぼちゃマッシュ	野菜スナック	バナナ	うどん、鶏肉、玉葱、ほうれん草 豚肉、かぼちゃ、バナナ
8	水	軟飯 みそ汁 豚肉のトマト煮 もやしの和え物	クッキー	マカロニきな粉煮	わかめ、きゃべつ、豆腐、豚肉、人参 トマト、しめじ、玉葱、もやし マカロニ、きな粉
9	木	軟飯 すまし汁 まぐろの照り焼き きゃべつのみそ炒め	ベビーせんべい	チーズスティック	大根、ねぎ、豆腐、まぐろ、きゃべつ ピーマン、豚肉、チーズ
10	金	軟飯 スープ 鶏肉のやわらか煮 切り干し大根のサラダ	おやさいリング	パンがゆ	きゃべつ、玉葱、コーン、鶏肉 切干大根、人参、きゅうり、食パン
11	土	豆腐そぼろ丼 すまし汁 いんげんの和え物	お魚すなっく	ビスケット	豆腐、鶏肉、ひじき、玉葱、人参 しめじ、ねぎ、麩、いんげん
13	月	煮込みうどん さつまいもサラダ バナナ	野菜スナック	コーンおじや	うどん、鶏肉、玉葱、ほうれん草 さつま芋、きゅうり、バナナ、コーン
14	火	軟飯 みそ汁 鮭のパン粉焼き 肉じゃが	クッキー	パンがゆ	きゃべつ、豆腐、鮭、じゃが芋 玉葱、人参、豚肉、食パン
15	水	軟飯 スープ 鶏肉のトマト煮 カリフラワーのサラダ	ベビーせんべい	ヨーグルト	チンゲン菜、ねぎ、しいたけ、鶏肉 トマト、カリフラワー、パプリカ ヨーグルト
16	木	軟飯 すまし汁 まぐろのみそ焼き きゅうりの和え物	おやさいリング	チーズスティック	かぼちゃ、玉葱、豆腐、まぐろ きゅうり、人参、チーズ
17	金	納豆丼 みそ汁 もやしの煮びたし	お魚すなっく	かぼちゃマッシュ	なめこ、ほうれん草、豆腐、豚肉、人参 玉葱、にら、もやし、かぼちゃ
18	土	軟飯 スープ たらふムニエル ブロッコリーのサラダ	野菜スナック	ベビーせんべい	トマト、玉葱、きゃべつ、たら ブロッコリー、パプリカ、鶏肉
20	月	海の日			
21	火	軟飯 みそ汁 鶏肉のやわらか煮 ピーマンの炒め物	ベビーせんべい	チーズスティック	大根、しめじ、豆腐、鶏肉 ピーマン、人参、チーズ
22	水	軟飯 スープ 鮭のコーン焼き きゅうりとささみの和え物	クッキー	パンがゆ	玉葱、人参、鮭、コーン、きゅうり もやし、鶏肉、食パン
23	木	軟飯 すまし汁 マーボー豆腐 ほうれん草の和え物	おやさいリング	かぼちゃマッシュ	ねぎ、のり、麩、豆腐、豚肉 なす、トマト、玉葱、ほうれん草 きゃべつ、人参、ツナ、かぼちゃ
24	金	軟飯 スープ たらほイル蒸し マカロニサラダ	お魚すなっく	バナナ	しめじ、しいたけ、にら、たら ブロッコリー、マカロニ、きゅうり パプリカ、バナナ
25	土	煮込みうどん ポテトサラダ	野菜スナック	ヨーグルト	うどん、鶏肉、玉葱、人参、しいたけ 小松菜、じゃが芋、きゅうり ヨーグルト
27	月	軟飯 みそ汁 まぐろのねぎみそ焼き いり豆腐	ビスケット	パンがゆ	きゃべつ、麩、まぐろ、もやし、にら 豆腐、人参、かつお節、食パン
28	火	軟飯 スープ なすのそぼろあんかけ 大根サラダ	ベビーせんべい	フルーツポンチ	わかめ、ねぎ、しいたけ、豚肉 なす、玉葱、大根、きゅうり、バナナ みかん缶、もも缶
29	水	軟飯 みそ汁 ほっけの塩焼き ピーマンの炒め物	おやさいリング	チーズスティック	さつま芋、豆腐、ほっけ、ピーマン 人参、鶏肉、チーズ
30	木	肉みそうどん かぼちゃサラダ	野菜スナック	青菜おじや	うどん、豚肉、玉葱、ピーマン かぼちゃ、きゅうり、チーズ、小松菜
31	金	軟飯 みそ汁 鮭のほイル蒸し ピーファン炒め	お魚すなっく	ヨーグルト	ほうれん草、なめこ、豆腐、鮭 ブロッコリー、ピーファン、豚肉 人参、にら、しいたけ、ヨーグルト

※おやつ時はほうじ茶がつかます。

※食材の都合により献立内容が変更になる場合があります。