

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	月	軟飯 みそ汁 小松菜としらすの炒め物 もやしの和え物	お魚すなっく	ビスケット	なす、豆腐、小松菜、しらす、もやし にら、人参	
2	火	軟飯 みそ汁 まぐろの照り焼き 春雨の炒め物	おやさいリング	ヨーグルト	じゃが芋、玉葱、豆腐、まぐろ、春雨 豚挽肉、ねぎ、いんげん、ヨーグルト	
3	水	軟飯 みそ汁 豆腐と野菜のあんかけ煮 マカロニサラダ	ベビーせんべい	バナナ	きゃべつ、麺、たら、豆腐、コーン ブロッコリー、マカロニ、きゅうり バナナ	
4	木	煮込みそうめん じゃが芋のそぼろ煮	クッキー	コーンおじや	そうめん、きゅうり、人参、鶏肉 じゃが芋、いんげん、ツナ、コーン	
5	金	軟飯 みそ汁 たらほイル蒸し ブロッコリーの炒め物	野菜スナック	ベビーせんべい	わかめ、大根、豆腐、たら、玉葱 小松菜、ブロッコリー、パプリカ	
6	土	スケッチ祭り				
8	月	軟飯 みそ汁 鮭の照り焼き いり豆腐	お魚すなっく	ビスケット	鮭、えのき、ほうれん草、豆腐、人参、もやし、にら、豚肉	
9	火	煮込みうどん ハンバーグ じゃが芋の煮物	おやさいリング	青菜おじや	鶏肉、人参、玉葱、小松菜、豚肉 じゃが芋、いんげん	
10	水	軟飯 みそ汁 まぐろのあんかけ煮 ピーマンのソテー	ベビーせんべい	ヨーグルト	大根、ほうれん草、豆腐、まぐろ ピーマン、しめじ、人参、豚肉 ヨーグルト	
11	木	軟飯 スープ 鶏肉のそぼろ煮 カリフラワーの和え物	クッキー	パンがゆ	きゃべつ、玉葱、トマト、鶏肉 じゃが芋、いんげん、カリフラワー パプリカ、食パン	
12	金	軟飯 みそ汁 たらほイル蒸し ひじきの炒り煮	野菜スナック	チーズスティック	なめこ、ほうれん草、豆腐、たら 人参、ひじき、しいたけ	
13	土	軟飯 スープ 豆腐のあんかけ煮 ブロッコリーのサラダ	ベビーせんべい	ビスケット	きゃべつ、しめじ、豆腐、人参、コーン ブロッコリー、パプリカ	
15	月	海の日				
16	火	軟飯 みそ汁 豚肉の野菜あんかけ パスタサラダ	お魚すなっく	バナナ	玉葱、わかめ、豆腐、豚肉、小松菜 もやし、パスタ、きゅうり、バナナ	
17	水	軟飯 みそ汁 鮭の照り焼き ピーマンの炒め物	おやさいリング	ビスケット	えのき、なす、豆腐、鮭、ピーマン 豚肉、人参、玉葱	
18	木	軟飯 すまし汁 鶏肉の青のり焼き ツナじゃが	クッキー	ヨーグルト	しいたけ、鮭、ねぎ、鶏肉、のり ツナ、じゃが芋、人参、いんげん ヨーグルト	
19	金	焼きうどん スープ かぼちゃサラダ	野菜スナック	パンがゆ	うどん、豚肉、きゃべつ、人参、ねぎ かぼちゃ、きゅうり、ヨーグルト 食パン	
20	土	軟飯 みそ汁 鶏肉のそぼろ煮 いんげんの和え物	ベビーせんべい	チーズスティック	ねぎ、豆腐、鶏肉、じゃが芋 ブロッコリー、いんげん、人参、	
22	月	軟飯 スープ 豚肉のトマト煮 もやしとわかめの和え物	お魚すなっく	バナナ	にら、しいたけ、豆腐、豚肉、トマト なす、もやし、わかめ、バナナ	
23	火	軟飯 みそ汁 かれいのパン粉焼き 野菜炒め	おやさいリング	ビスケット	なめこ、大根、豆腐、かれい ほうれん草、玉葱、ピーマン、人参	
24	水	軟飯 スープ 鶏肉のやわらか煮 きゃべつの和え物	ベビーせんべい	パンがゆ	玉葱、コーン、鶏肉、人参、きゃべつ パプリカ、食パン	
25	木	軟飯 みそ汁 かれいのほイル蒸し 肉じゃが	クッキー	かぼちゃマッシュ	もやし、わかめ、豆腐、かれい 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参 かぼちゃ	
26	金	軟飯 すまし汁 マーボー豆腐 ほうれん草のツナ和え	野菜スナック	ヨーグルト	えのき、しめじ、豆腐、なす、ねぎ 豚肉、トマト、ほうれん草、ツナ ヨーグルト	
27	土	煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮	ベビーせんべい	チーズスティック	うどん、鶏肉、きゃべつ、人参 玉葱、かぼちゃ、豚肉、いんげん	
29	月	ミートソーススパゲティ コーンスープ さつまいもサラダ	お魚すなっく	青菜おじや	パスタ、豚肉、なす、玉葱、コーン さつまいも、きゅうり、小松菜	
30	火	軟飯 みそ汁 まぐろのあんかけ煮 のりもやし	おやさいリング	ビスケット	かぼちゃ、豆腐、まぐろ、小松菜 もやし、人参、えのき、のり	
31	水	軟飯 スープ ハンバーグ 春雨サラダ	クッキー	バナナ	チンゲン菜、ねぎ、コーン、豚肉 たまねぎ、春雨、きゅうり、バナナ	

※おやつ時はほうじ茶がつきます。

※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。

7月の予定献立 (完了食 12~15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	月	青菜と卵の混ぜごはん みそ汁 鶏肉の照り焼き もやしのお浸し	牛乳 おやさいりんぐ	牛乳 パウンドケーキ	なす、豆腐、小松菜、しらす、もやし にら、人参、ごま、卵	
2	火	ごはん みそ汁 ほっけの塩焼き 春雨の炒め物	ヨーグルト	牛乳 ポテト磯辺焼き	わかめ、玉葱、豆腐、まぐろ、春雨 豚挽肉、ねぎ、いんげん、ヨーグルト じゃが芋	
3	水	ごはん みそ汁 豚肉のごまみそ焼き マカロニサラダ	牛乳 せんべい	牛乳 たまごボーロ	きゃべつ、にら、厚揚げ、豚肉、ごま マカロニ、きゅうり、パプリカ、卵	
4	木	七夕そうめん トマトチーズバーグ 粉ふき芋 すいか	牛乳 クッキー	牛乳 手作りゼリー	そうめん、卵、きゅうり、ハム、豚肉 トマト、玉葱、じゃが芋、すいか	
5	金	ごはん みそ汁 たらほイル蒸し きんぴらごぼう	牛乳 野菜スナック	牛乳 コーンフレーク	わかめ、大根、豆腐、たら、玉葱 小松菜、ごぼう、人参、ごま	
6	土	スケッチ祭り				
8	月	ごはん みそ汁 鮭のタルタル焼き 豆腐のチャンプルー	牛乳 おやさいりんぐ	牛乳 蒸しパン	鮭、えのき、ほうれん草、豆腐、豆腐 卵、人参、もやし、にら、豚肉	
9	火	冷やし中華 松風焼き マセドアンサラダ	ヨーグルト	枝豆おにぎり	中華種、ハム、きゅうり、もやし わかめ、豚肉、玉葱、人参、じゃが芋 チーズ、ヨーグルト、枝豆	
10	水	ごはん みそ汁 たらあかけ煮 れんこんの炒め煮	牛乳 せんべい	ヨーグルトゼリー	大根、ほうれん草、豆腐、まぐろ ピーマン、しめじ、人参、豚肉 ヨーグルト	
11	木	食パン トマトスープ 鶏肉のフレーク焼き カリフラワーの和え物	牛乳 クッキー	おなかおにぎり	食パン、きゃべつ、玉葱、トマト、鶏肉 じゃが芋、いんげん、カリフラワー パプリカ、かつお節	
12	金	ごはん みそ汁 豚肉の香味焼き ひじきの炒り煮	牛乳 野菜スナック	牛乳 チーズスティック	なめこ、ほうれん草、豆腐、豚肉 ねぎ、人参、ひじき、しいたけ 油揚げ	
13	土	えびピラフ スープ チキンナゲット ブロッコリーのサラダ	牛乳 ウエハース	牛乳 ビスケット	えび、玉葱、人参、コーン、きゃべつ しめじ、鶏肉、ブロッコリー、パプリカ	
15	月	海の日				
16	火	ビビンバ丼 みそ汁 さつまいもの甘煮 パスタサラダ	牛乳 おやさいりんぐ	バナナヨーグルト	小松菜、もやし、豚肉、わかめ、油揚げ さつまいも、パスタ、きゅうり、パプリカ バナナ、ヨーグルト	
17	水	ごはん みそ汁 さわらのみそ焼き チンジャオロース	牛乳 せんべい	牛乳 たまごボーロ	えのき、なす、厚揚げ、さわら、ピーマン 豚肉、人参、玉葱、たけのこ、卵	
18	木	ごはん すまし汁 鶏肉の青のり焼き ツナじゃが	牛乳 クッキー	牛乳 蒸しパン	しいたけ、鮭、ねぎ、鶏肉、のり ツナ、じゃが芋、人参、いんげん	
19	金	塩焼きそば スープ ウィンナー かぼちゃサラダ	牛乳 野菜スナック	牛乳 ジャムサンド	中華種、豚肉、きゃべつ、人参、ねぎ ウィンナー、かぼちゃ、きゅうり ヨーグルト、食パン	
20	土	納豆丼 みそ汁 いんげんのごま和え みかん缶	牛乳 ウエハース	牛乳 チーズスティック	ねぎ、豆腐、鶏肉、納豆、にら 玉葱、いんげん、人参、みかん缶	
22	月	ごはん スープ 豚肉のトマト煮 もやしとわかめの和え物	牛乳 おやさいりんぐ	牛乳 バナナ	卵、しいたけ、豆腐、豚肉、トマト なす、もやし、わかめ、バナナ	
23	火	ごはん みそ汁 カレイのパン粉焼き 焼きビーフン	ヨーグルト	牛乳 ビスケット	なめこ、大根、豆腐、かだい、豚肉 ビーフン、玉葱、にら、人参 ヨーグルト	
24	水	食パン コーンスープ 鶏肉の照り焼き コールスローサラダ	牛乳 せんべい	五平もち	食パン、玉葱、コーン、鶏肉、人参 きゃべつ、パプリカ、かにかま	
25	木	ごはん みそ汁 かれいのほイル蒸し 肉じゃが	牛乳 クッキー	牛乳 ホットケーキ	もやし、わかめ、豆腐、かだい 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参	
26	金	ごはん スープ マーボー豆腐 ほうれん草のツナ和え	牛乳 野菜スナック	牛乳 フルーツポンチ	えのき、しめじ、豆腐、なす、ねぎ 豚肉、トマト、ほうれん草、ツナ バナナ、みかん缶、もも缶	
27	土	タンメン しゅうまい ごまかぼちゃ	牛乳 ウエハース	牛乳 ビスケット	中華種、豚肉、きゃべつ、ねぎ、人参 ピーマン、かぼちゃ、ごま、玉葱	
29	月	ミートソースパゲティ 中華風コーンスープ さつまいもサラダ	牛乳 おやさいりんぐ	ごはんのお焼き	パスタ、豚肉、なす、玉葱、コーン さつまいも、きゅうり、卵、ねぎ かつお節	
30	火	ごはん みそ汁 まぐろの照り焼き のりもやし	牛乳 せんべい	ヨーグルト	かぼちゃ、豆腐、まぐろ、小松菜 もやし、人参、えのき、のり、ヨーグルト	
31	水	チャーハン スープ 鶏肉の照り焼き 春雨サラダ	牛乳 クッキー	牛乳 チーズスティック	ハム、玉葱、ピーマン、鶏肉、チンゲン菜 ねぎ、コーン、春雨、きゅうり、人参	

※食材の都合により献立が変更になる場合があります