

# 2021年7月離乳食 後期献立表

# こばと保育園

日	曜	午前おやつ	献立名	材料	午後おやつ
1	木	ハイハイ ミルク	煮込みうどん じゃが芋と野菜煮 バナナ	米麺 鶏ひき肉 南瓜 大根 ごぼう ねぎ 白菜 じゃが芋 人参 玉ねぎ バナナ 米 しらす干し わかめ	しらすとわかめの雑炊 ミルク
2	金	南瓜ボーロ ミルク	おかゆ わかめの味噌汁 鶏肉の照り焼き 根菜煮 キャベツ煮 りんご	米 わかめ 豆腐 万能ねぎ 鶏肉 れんこん ごぼう 人参 干しいたけ キャベツ りんご 米粉 豆乳	米粉ホットケーキ ミルク
3	土	ハイハイ ミルク	あんかけがゆ 青梗菜のスープ さつま芋と野菜煮 バナナ	米 豚ひき肉 玉ねぎ 白菜 絹さや 青梗菜 えのきたけ さつま芋 人参 きゅうり コーン缶 バナナ りんご果汁	りんごゼリー 南瓜ボーロ ミルク
5 19	月	南瓜ボーロ ミルク	おかゆ さつま汁 鮭の切りあんかけ オクラ煮 高野豆腐煮 グレープフルーツ	米 大根 人参 さつま芋 白菜 ねぎ 鮭 えのきたけ しめじ オクラ 高野豆腐 グレープフルーツ 米パン じゃこ	じゃこのトースト ミルク
6 20	火	ハイハイ ミルク	トースト 豆乳スープ 鶏肉のマーマレード焼き じゃが芋と野菜煮 人参	米パン 南瓜 玉ねぎ マツタケ 豆乳 鶏肉 マーマレード じゃが芋 きゅうり 人参 ツナ缶 オレンジ 米 わかめ	わかめ入り雑炊 ミルク
7	水	南瓜ボーロ ミルク	野菜入りおかゆ 人参 カジキの照り焼き ツナと野菜煮 オレンジ	米 人参 かんぴょう 絹さや オクラ 玉ねぎ カジキ ピーマン ツナ缶 オレンジ 米パン きな粉	きな粉トースト ミルク
21	水	南瓜ボーロ ミルク	おかゆ キャベツの味噌汁 カジキ煮 ささみと野菜煮 オレンジ	米 キャベツ 万能ねぎ カジキ ねぎ ささみ いんげん 人参 オレンジ 米粉 豆乳	米粉のホットケーキ ミルク
8	木	ハイハイ ミルク	赤ちゃんスパゲッティ 切干大根スープ 野菜煮 スティックきゅうり バナナ	グルテンフリー麺 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 トマト缶 マツタケ缶 切干大根 えのき 胡瓜 もやし ピーマン バナナ 豆腐 米粉	豆腐入り 米粉ホットケーキ ミルク
9	金	南瓜ボーロ ミルク	おかゆ 大根の味噌汁 ひじき入りハンバーグ ブロッコリー煮 りんご	米 大根 万能ねぎ 豚ひき肉 人参 ひじき 玉ねぎ マツタケ コーン缶 ブロッコリー りんご さつまいも	芋ようかん ミルク
10 24	土	ハイハイ ミルク	豚ひき肉入りあんかけがゆ わかめとコーンのスープ ツナと大根煮 メロン	米 豚ひき肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 わかめ コーン缶 大根 ツナ缶 きゅうり メロン 鶏ひき肉	そぼろ入り雑炊 ミルク
12 26	月	南瓜ボーロ ミルク	おかゆ わかめの澄まし汁 鶏肉の味噌焼き 野菜煮 さつま芋煮 グレープフルーツ	米 わかめ みつば 鶏肉 ねぎ さつま芋 ほうれん草 えのきたけ グレープフルーツ 米粉 豆乳 南瓜	南瓜の米粉ケーキ ミルク
13 27	火	ハイハイ ミルク	照り焼きチキントースト 豆腐のスープ ささみと野菜煮 メロン	米パン 鶏肉 豆腐 えのきたけ わかめ ささみ 青梗菜 人参 トマト 胡瓜 もやし メロン 米 鶏ひき肉 昆布	鶏ひき肉と昆布のおかゆ ミルク
14 28	水	南瓜ボーロ ミルク	おかゆ 小松菜の味噌汁 白身魚の野菜あんかけ ブロッコリー煮 オレンジ	米 小松菜 玉ねぎ カラスカレイ 人参 ブロッコリー オレンジ 米粉 豆乳	米粉蒸しパン ミルク
15 29	木	ハイハイ ミルク	煮込みうどん スティックさつま芋 バナナ	米うどん ねぎ 人参 豚ひき肉 キャベツ もやし たらこ コーン缶 わかめ さつま芋 バナナ とうもろこし	ゆでとうもろこし ミルク
16 30	金	南瓜ボーロ ミルク	おかゆ ちゃんこ汁 菊花しゅうまい トマトと野菜煮 りんご	米 白菜 人参 ねぎ もやし たらこ 豚ひき肉 米粉餃子の皮 玉ねぎ きゅうり トマト わかめ りんご	みそ雑炊 ミルク
17 31	土	ハイハイ ミルク	あんかけがゆ 人参のスープ スティックきゅうり バナナ	米 鶏ひき肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 セロリー きゅうり バナナ 鮭	鮭入り雑炊 ミルク

☆形状は月齢に合わせています。材料の都合上献立が変更になる場合があります。