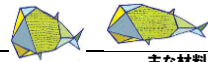


7月の予定献立表【離乳食 中期・後期・完了】



石山くじら小規模保育園
発行日：令和8年6月吉日

日	曜	主な材料				
		昼食	おやつ	血・肉・骨になる(赤)	熱や力となる(黄)	調子をととのえる(緑)
1	水	おかゆ・わかめスープ ミートローフ 野菜の和え物	(午前)せんべい (午後)ビスケット	豚ひき肉・豆乳	せんべい・米・ビスケット	たまねぎ・にんじん・カットわかめ・コーン・きゅうり
2	木	肉うどん かぼちゃサラダ バナナ	(午前)ビスケット (午後)おかかがゆ	鶏肉	ビスケット・うどん・米	にんじん・たまねぎ・ねぎ・かぼちゃ・きゅうり・バナナ
3	金	おかゆ・大根のすまし汁 白身魚のうま煮 ささみとキャベツのごまあえ	(午前)せんべい (午後)ウエハース	白身魚	せんべい・米・ビスケット・米・ウエハース	だいこん・にんじん・カットわかめ・キャベツ
4	土	お弁当	(午前)せんべい (午後)せんべい			
6	月	おかゆ・じゃがいものみそ汁 鶏肉の野菜煮 きゅうりと人参のサラダ	(午前)ウエハース (午後)ヨーグルト	鶏肉・ヨーグルト	ウエハース・米・じゃがいも	たまねぎ・にんじん・カットわかめ・きゅうり・コーン
7	火	とりそぼろうどん ほうれん草のツナ和え	(午前)せんべい (午後)ビスケット	鶏肉・ツナ	せんべい・うどん・ビスケット	にんじん・たまねぎ・ねぎ・ほうれん草・コーン
8	水	そぼろ丼・ほうれん草のすまし汁 キャベツのおひたし	(午前)せんべい (午後)パンがゆ★	豚ひき肉・牛乳	せんべい・米・パン	にんじん・たまねぎ・ほうれん草・大根・もやし・キャベツ
9	木	おかゆ・スープ 白身魚のだし煮 キャベツのおひたしドレッシング和え	(午前)せんべい (午後)ビスケット	白身魚	せんべい・米・ビスケット	はくさい・たまねぎ・にんじん・キャベツ・コーン
10	金	パンがゆ・スープ 鶏肉の野菜煮 マカロニサラダ	(午前)せんべい (午後)わかめがゆ★	鶏肉・牛乳	せんべい・米・パン	たまねぎ・にんじん・きゅうり・コーン・カットわかめ
11	土	お弁当	(午前)せんべい (午後)せんべい			
13	月	おかゆ・たまねぎのみそ汁 煮魚 ブロッコリーの和え物	(午前)せんべい (午後)ビスケット	白身魚	せんべい・米・ビスケット	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー
14	火	おかゆ・豆腐のすまし汁 鶏肉の野菜あんかけ 和風ポテトサラダ	(午前)ビスケット (午後)お麩のミルク煮★	牛乳・絹ごし豆腐・鶏肉	ビスケット・うどん・米・焼き麩・じゃがいも	にんじん・たまねぎ・カットわかめ・きゅうり
15	水	肉うどん にんじんと小松菜のサラダ オレンジ	(午前)せんべい (午後)おかかがゆ★	鶏肉・鶏ささみ	せんべい・うどん・米	にんじん・たまねぎ・小松菜・オレンジ
16	木	おかゆ 冬瓜入りポトフ キャベツとコーンのサラダ	(午前)ウエハース (午後)せんべい	鶏肉	ウエハース・米・せんべい	冬瓜・たまねぎ・にんじん・キャベツ・コーン
17	金	おかゆ・春雨スープ 鶏肉の野菜煮 もやしのおひたし	(午前)せんべい (午後)蒸しパン★	牛乳・鶏肉	せんべい・米・春雨・ホットケーキミックス	カットわかめ・たまねぎ・にんじん・もやし・きゅうり・コーン
18	土	お弁当	(午前)せんべい (午後)せんべい			
21	火	おかゆ・ほうれん草のみそ汁 鮭のほぐし煮 にんじんとジャガイモの煮物	(午前)せんべい (午後)蒸しパン★	鮭・牛乳	せんべい・米・じゃがいも	ほうれん草・たまねぎ・にんじん
22	水	鶏そぼろがゆ かぼちゃサラダ ヨーグルト	(午前)せんべい (午後)ウエハース	鶏肉・ヨーグルト	せんべい・米・ウエハース	にんじん・たまねぎ・きゅうり・かぼちゃ
23	木	おかゆ・お麩のすまし汁 豆腐ハンバーグ しらすとわかめの酢の物	(午前)せんべい (午後)ビスケット	鶏肉・絹ごし豆腐・しらす干し	せんべい・米・焼き麩・ビスケット	たまねぎ・にんじん・カットわかめ・きゅうり
24	金	おかゆ・ミネストローネ 鶏バーグ ブロッコリーのサラダ	(午前)せんべい (午後)あおのりがゆ★	鶏肉	せんべい・米・マカロニ・じゃがいも	にんじん・たまねぎ・ホールトマト・ブロッコリー・コーン・あおのり
25	土	お弁当	(午前)せんべい (午後)せんべい			
27	月	おかゆ・すまし汁 白身魚のうま煮 にんじんとじゃがいものサラダ	(午前)せんべい (午後)ウエハース	白身魚	せんべい・米・かたくり粉・じゃがいも・ウエハース	にんじん・たまねぎ
28	火	おかゆ・お麩のみそ汁 鶏そぼろあん さつまいもサラダ	(午前)せんべい (午後)ビスケット	鶏肉	せんべい・米・焼き麩・さつまいも・ビスケット	にんじん・たまねぎ・きゅうり
29	水	おかゆ・中華スープ 豚ひき肉の野菜煮 にんじんときゅうりのサラダ	(午前)ウエハース (午後)マカロニきな粉★	豚ひき肉・きなこ	ウエハース・米・マカロニ	たまねぎ・もやし・コーン・カットわかめ
30	木	おかゆ・茄子のみそ汁 鶏肉の野菜煮 ほうれん草のおかかあえ	(午前)せんべい (午後)ヨーグルト	鶏肉・ヨーグルト	せんべい・米	なす・たまねぎ・にんじん・ほうれん草
31	金	トマト煮込みうどん 野菜スープ コーンサラダ	(午前)せんべい (午後)鮭がゆ★	鶏肉・鮭	せんべい・うどん・じゃがいも・米	にんじん・たまねぎ・キャベツ・コーン

※上記は後期食の献立です(おやつは後期食から提供致します)。離乳食の進み具合に応じて、提供する食材、味付け、形態を変えていただきます。

★印のおやつは、手作りで。 ※完了食から午前、午後おやつに牛乳が付きます。