



# 7月 幼児食献立表



社会福祉法人道福社 ハッピーモア保育園

日付	午前おやつ	献立名	午後おやつ	材料名(○はおやつ材料)		
				血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1 木	保育乳	ごはん さげのカレーマヨ焼き コールスローサラダ わかめとしめじのみそ汁	かぼちゃスコーン オレンジ	牛乳、さげ、ハム、みそ、カットわかめ、○ヨーグルト、○卵	米、マヨネーズ、三温糖、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	キャベツ、にんじん、しめじ、えのきたけ、○かぼちゃ、○オレンジ
2 金	保育乳	あわごはん 鶏肉のみそ焼き 塩昆布サラダ 五目スープ	ココアトースト	牛乳、鶏もも肉、塩こんぶ、豚肉、みそ、○ビュアココア	米、あわ、三温糖、油、○食パン、○三温糖、○無塩バター	キャベツ、もやし、にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ
3 土		中華どんぶり たまごスープ	スティックパン 豆乳	白身魚、豚肉、きくらげ、卵、○調製豆乳	米、三温糖、油、片栗粉、○スティックパン	にんじん、ヤングコーン、こまつな、赤パプリカ、干しいたげ、キャベツ
5 月	豆乳	ごはん 豚肉のすき焼き風煮物 切干し大根サラダ 青菜のみそ汁	オートミールクッキー バナナ	調製豆乳、豚肉、ツナ油漬缶、○卵、○調製豆乳、○黒ごま	米、しらたき、三温糖、○小麦粉、○オートミール、○無塩バター、○黒砂糖	たまねぎ、ほうさい、えのきたけ、ねぎ、切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、こまつな、しめじ、○バナナ
6 火	豆乳	麦ごはん もずくスープ 白身魚のガーリックフライ 豆腐と青菜のチャンプルー	ヨーグルトスコーン パイナップル	調製豆乳、白身魚、木綿豆腐、豚肉、花かつお、もずく、○ヨーグルト、○卵	米、押麦、小麦粉、パン粉、油、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、ねぎ、○パイナップル
7 水	豆乳	ごはん 七タハンバーグ ごぼうとコーンのサラダ 星のそうめん汁	七タゼリー みかん缶	調製豆乳、豚ひき肉、絹ごし豆腐、卵、ハム、ごま	米、パン粉、油、三温糖、マヨネーズ、干しそうめん、○ゼリーの素	たまねぎ、ごぼう、にんじん、コーン缶、おくら、ねぎ、○みかん缶
8 木	豆乳	ごはん さげの甘辛ごま 大豆とひじきの煮物 さつまいものみそ汁	ちんぴん オレンジ	調製豆乳、さげ、ごま、大豆水煮缶、ひじき、豚肉、みそ、○卵、○調製豆乳	米、小麦粉、三温糖、油、さつまいも、○小麦粉、○油、○黒砂糖	にんじん、ごぼう、ねぎ、○オレンジ
9 金	豆乳	あわごはん 鶏肉のオーロラ焼き 春雨サラダ 大根スープ	ジャムパン	調製豆乳、鶏もも肉、きくらげ	米、あわ、マヨネーズ、三温糖、はるさめ、ごま油、○食パン	きゅうり、にんじん、だいこん、しめじ、こまつな、ねぎ、○いちごジャム
10 土		ピピンパ丼 わかめスープ	きなこちんすこう 豆乳	豚肉、ごま、カットわかめ、みそ、絹ごし豆腐、○調製豆乳、○きなこ	米、ごま油、三温糖、○小麦粉、○三温糖、○油	コーン缶、こまつな、にんじん、もやし
12 月	保育乳	ごはん 肉野菜炒め ポテトフライ 豆腐のみそ汁	ショートブレッド バナナ	牛乳、豚肉、絹ごし豆腐、カットわかめ、みそ、○ビュアココア、○牛乳	米、じゃがいも、片栗粉、油、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖	にんじん、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、こまつな、○バナナ
13 火	保育乳	麦ごはん 白身魚のごまマヨ焼き ひじきの白和え キャベツスープ	羊くずてんぷら パイナップル	牛乳、白身魚、みそ、ごま、ひじき、木綿豆腐、油揚げ	米、押麦、マヨネーズ、三温糖、○さつまいも、○いもくず粉、○三温糖、○油	たまねぎ、にんじん、いんげん、キャベツ、しめじ、○パイナップル
14 水	保育乳	ごはん チキンラタトゥユ マゼアンサラダ 春雨スープ	黄桃蒸しケーキ みかん缶	牛乳、鶏もも肉、ハム、○卵、○牛乳	米、三温糖、油、さつまいも、マヨネーズ、はるさめ、○ホットケーキ粉、○三温糖、○油	たまねぎ、なす、トマト缶、黄パプリカ、きゅうり、にんじん、こまつな、コーン缶、○みかん缶、○もも缶
15 木	保育乳	ごはん さげの西京焼き ビーンズサラダ 冬瓜のすまし汁	チーズスコーン オレンジ	牛乳、さげ、大豆水煮缶、ひじき、ツナ油漬缶、油揚げ、みそ、○ヨーグルト、○卵、○クリームチーズ	米、三温糖、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	にんじん、きゅうり、コーン缶、とうがん、こまつな、○オレンジ
16 金	保育乳	沖縄そば 麩チャンプルー オレンジ	ツナマヨおにぎり	牛乳、豚肉、かまぼこ、○ツナ油漬缶、○味噌付けのり	ゆで沖縄そばめん、三温糖、焼きふ、油、○米、○マヨネーズ	ねぎ、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん、オレンジ
17 土		やしそば 野菜とお豆のスープ	わかめおにぎり	豚肉、大豆水煮缶、ベーコン、卵、○炊き込みわかめ	ゆで中華めん、油、○米	たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、ピーマン、ほうれんそう
19 月	豆乳	ごはん 豚肉のスタミナ焼き ひじきの和え物 大根のみそ汁	鮭青菜おにぎり	調製豆乳、豚肉、ひじき、みそ	米、三温糖、油、ごま油、○米	にんじん、たまねぎ、ごぼう、コーン缶、だいこん、こまつな、ねぎ、○鮭青菜おにぎり
20 火	豆乳	麦ごはん 白身魚の酢豚風 にんじんイリチー 春雨スープ	高野豆腐のコロコロ 揚げ 黄桃	白身魚、ベーコン、卵、絹ごし豆腐、○高野豆腐、○きなこ	米、押麦、油、片栗粉、三温糖、はるさめ、○三温糖、○片栗粉、○油	たまねぎ、にんじん、ピーマン、パイナップル、干しいたげ、こまつな、キャベツ、ねぎ、○もも缶
21 水	豆乳	ごはん ぶたのしょうが焼き キャベツとにんじんのサラダ なすのみそ汁	バナナ蒸しケーキ みかん缶	調製豆乳、豚肉、ツナ油漬缶、みそ、カットわかめ、○卵、○調製豆乳	米、三温糖、油、マヨネーズ、○ホットケーキ粉、○三温糖、○油	ピーマン、赤パプリカ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、なす、しめじ、○バナナ、○みかん缶
22 木		鶏肉の照り焼き丼 そうめん汁	アンパンマンビスケット パイナップル 豆乳	鶏もも肉、味噌付けのり、鶏ささみ、○調製豆乳	米、片栗粉、干しそうめん	たまねぎ、にんじん、いんげん、ねぎ、○パイナップル
23 金		ドライカレー きのこスープ	パンケーキ 豆乳	豚ひき肉、絹ごし豆腐、カットわかめ、○調製豆乳、○卵	米、○ホットケーキ粉	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、えのきたけ、○いちごジャム
24 土		😊お弁当日😊	せんべい バナナ 豆乳	○調製豆乳		○バナナ
26 月	保育乳	ごはん オクラ納豆 鶏肉の甘辛煮 小松菜のごま和え じゃがいものみそ汁	青菜おにぎり	牛乳、ひきわり納豆、鶏もも肉、油揚げ、みそ、すりごま	米、三温糖、じゃがいも、○米	おくら、キャベツ、こまつな、にんじん、しめじ、ねぎ、○大根菜ふりかけ
27 火	保育乳	麦ごはん もずくスープ 白身魚のガーリックフライ 豆腐と青菜のチャンプルー	ごまフレーク 黄桃	牛乳、白身魚、木綿豆腐、豚肉、花かつお、もずく、○ごま、○黒ごま	米、押麦、小麦粉、パン粉、油、○無塩バター、○コーンフレーク、○チョコクリスピー、○マシュマロ	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、ねぎ、○もも缶
28 水	保育乳	ごはん さげのカレーマヨ焼き コールスローサラダ わかめとしめじのみそ汁	パイナップルケーキ みかん缶	牛乳、さげ、ハム、カットわかめ、みそ、○卵、○牛乳	米、マヨネーズ、三温糖、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖	キャベツ、にんじん、しめじ、えのきたけ、○パイナップル、○みかん缶
29 木	保育乳	ごはん チリコンカン ヨーグルトサラダ コンソメスープ	ポテトチップス オレンジ	牛乳、大豆水煮缶、豚ひき肉、ヨーグルト、ベーコン	米、油、三温糖、マヨネーズ、○じゃがいも、○油	たまねぎ、にんじん、トマト缶、キャベツ、プロッコリー、パイナップル、コーン缶、○オレンジ
30 金	保育乳	ふりかけごはん お子様ロケット プロッコリーサラダ コーンポタージュスープ	ココアケーキ パイナップル	牛乳、豚ひき肉、卵、ツナ油漬缶、○卵、○牛乳、○ビュアココア	米、じゃがいも、小麦粉、パン粉、油、片栗粉、○ホットケーキ粉、○三温糖、○無塩バター、○粉糖	鮭青魚ふりかけ、たまねぎ、ミックスベジタブル、プロッコリー、にんじん、クリームコーン缶、○パイナップル
31 土		みそすき丼 中華風コーンスープ	ビスコ バナナ 豆乳	豚肉、木綿豆腐、卵、みそ、○調製豆乳	米、しらたき、三温糖、片栗粉	たまねぎ、にんじん、ごぼう、ねぎ、コーン缶、○バナナ

★保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



# 7月離乳食こんだて表①



社会福祉法人道福社会 ハッピーモア保育園

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	カや熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	7倍がゆ さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 わかめとしめじのみそ汁(薄) ミルク かぼちゃソフトクッキー	ミルク、白身魚、さけ、カットわかめ、ヨーグルト	米、三温糖、小麦粉、無塩バター	キャベツ、にんじん、しめじ、えのきたけ、かぼちゃ
2	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参大根キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 五目スープ(薄) ミルク スティック食パン	ミルク、鶏もも肉、豚肉、豆腐	米、食パン	キャベツ、もやし、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ
3	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 野菜スープ(薄) ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、豚肉	米、片栗粉	にんじん、こまつな、赤パプリカ、干しいたけ、キャベツ
5	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 青菜のみそ汁(薄) ミルク オートミールソフトクッキー バナナ(きざみ)	ミルク、豚肉、みそ、豆乳	米、三温糖、小麦粉、オートミール、無塩バター	たまねぎ、ほうさい、ねぎ、切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、こまつな、しめじ、えのきたけ、バナナ
6	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚の煮付け 野菜柔らか煮 もずくスープ ミルク ソフトクッキー	ミルク、白身魚、豆腐、豚肉、もずく、ヨーグルト、豆乳	米、小麦粉、三温糖、無塩バター	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、ねぎ
7	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 そうめん汁(薄) ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、豚ひき肉	米、干しとうめん	おくら、たまねぎ、ごぼう、にんじん、コーン缶、ねぎ
8	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参ブロッコリーキャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 さつまいものみそ汁(薄) ミルク ホットケーキ	ミルク、白身魚、さけ、大豆水煮缶、ひじき、豚肉、みそ、豆乳	米、ホットケーキ粉、三温糖、さつまいも	にんじん、ごぼう、ねぎ、かぼちゃ、ブロッコリー
9	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜大根ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 大根スープ(薄) ミルク スティック食パン	ミルク、豆腐、鶏もも肉	米、はるさめ、食パン	きゅうり、にんじん、だいこん、しめじ、こまつな、ねぎ
10	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 わかめスープ(薄) ミルク きなこソフトクッキー	ミルク、豚肉、豆腐、カットわかめ、きなこ、豆乳	米、三温糖、小麦粉、無塩バター	コーン缶、こまつな、にんじん、もやし
12	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツタマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 豆腐のみそ汁(薄) ミルク ソフトクッキー バナナ(きざみ)	ミルク、豚肉、豆腐、カットわかめ、みそ	米、じゃがいも、片栗粉、小麦粉、無塩バター、三温糖	にんじん、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、こまつな、バナナ
13	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギキャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚の煮付け 野菜柔らか煮 キャベツスープ(薄) ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚、豆腐、ひじき	米	たまねぎ、にんじん、いんげん、キャベツ、しめじ
14	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参サツマイモタマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 春雨スープ(薄) ミルク 蒸しケーキ	ミルク、豆腐、鶏もも肉、牛乳	米、三温糖、さつまいも、はるさめ、ホットケーキ粉	たまねぎ、なす、トマト缶、黄パプリカ、きゅうり、にんじん、こまつな、コーン缶
15	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜冬瓜ペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜のすまし汁(薄) ミルク ソフトクッキー	ミルク、さけ、白身魚、大豆水煮缶、ひじき、ヨーグルト	米、三温糖、小麦粉、無塩バター	にんじん、きゅうり、コーン缶、とうがん、こまつな

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



※15日以降は裏面



# 7月離乳食こんだて表②

社会福祉法人道福祉会 ハッピーモア保育園

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
16	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜タマネギキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ 煮 野菜柔らか煮 スープ	沖繩そば 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮	ミルク、豆腐、豚肉	ゆで沖繩そばめん、米	ねぎ、キャベツ、こまつな、たまねぎ、にんじん
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
17	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツタマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 野菜とお豆 のスープ(薄)	ミルク、豆腐、豚肉、大豆水煮缶	ゆで中華めん、米	たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、ピーマン、ほうれんそう
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
19	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参大根青菜タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 大根のみそ汁 (薄)	ミルク、豆腐、豚肉、ひじき	米	にんじん、たまねぎ、ごぼう、コーン缶、だいこん、こまつな、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
20	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け スープ	軟飯→ごはん 魚の煮付け 野菜柔らか煮 春雨スープ(薄)	ミルク、白身魚、豆腐	米、片栗粉、はるさめ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、干しいたけ、こまつな、キャベツ、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
21	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 なすのみそ汁 (薄)	ミルク、豆腐、豚肉、カットわかめ、みそ、豆乳	米、三温糖、ホットケーキ粉	ピーマン、赤パプリカ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、なす、しめじ、バナナ
			ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク バナナ蒸しケーキ			
22	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 そうめん汁(薄)	ミルク、豆腐、鶏もも肉、鶏ささみ	米、片栗粉、干しそうめん	たまねぎ、にんじん、いんげん、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク アンパンマンビスケット			
23	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 きのコスープ (薄)	ミルク、豆腐、鶏ひき肉、カットわかめ、豆乳	米、ホットケーキ粉	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、えのきたけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
24	土	お弁当日	お弁当日	お弁当日	お弁当日	ミルク		バナナ
			ミルク バナナ せんべい	ミルク バナナ せんべい	ミルク バナナ せんべい			
26	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ジャガイモキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 ジャガイモのみ そ汁(薄)	ミルク、豆腐、鶏もも肉、みそ	米、じゃがいも	おくら、キャベツ、こまつな、にんじん、しめじ、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
27	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け スープ	軟飯→ごはん 魚の煮付け 野菜柔らか煮 もずくスープ(薄)	ミルク、白身魚、豆腐、豚肉、もずく	米	にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
28	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 わかめとしめじ のみそ汁(薄)	ミルク、白身魚、さけ、カットわかめ、みそ、牛乳	米、ホットケーキ粉、三温糖	キャベツ、にんじん、しめじ、えのきたけ、バナナ
			ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク ホットケーキ バナナ(きざみ)			
29	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 コンソメスープ (薄)	ミルク、豆腐、豚ひき肉、大豆水煮缶	米	たまねぎ、にんじん、トマト缶、キャベツ、ブロッコリー、コーン缶
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
30	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ブロッコリージャガイモペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 コンポター ジュスープ(薄)	ミルク、豆腐、豚ひき肉、牛乳	米、じゃがいも、片栗粉、ホットケーキ粉、三温糖、無塩バター	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、クリームコーン缶
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
31	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 コーンスープ (薄)	ミルク、豆腐、豚肉	米、しらたき、片栗粉	たまねぎ、にんじん、ごぼう、ねぎ、コーン缶、バナナ
			ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 赤ちゃんビスケット バナナ(きざみ)			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます  
 ☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

