

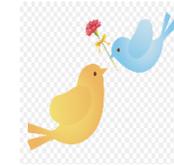


# 離乳食献立表

ゆいまーる保育園

	中期食	後期食	午後おやつ
1(火)	卵とじうどん かぼちゃと野菜の煮物・バナナ (うどん、卵黄、鶏ひき肉、里芋、人参、大根 小松菜、かぼちゃ、ブロッコリー、バナナ)	卵とじうどん かぼちゃと野菜の煮物・バナナ (うどん、卵黄、鶏ひき肉、里芋、人参、大根 小松菜・かぼちゃ・ブロッコリー・バナナ)	しらす粥 (米、しらす干し)
2(水)	7倍粥・野菜スープ・鶏肉のとじ煮 小松菜と野菜のチーズ煮・野菜スープ (米、鶏ひき肉、人参、小松菜、キャベツ、 絹さや、大根)	5倍粥・みそ汁・肉団子煮 小松菜と野菜のチーズ煮・みそ汁 (米、鶏ひき肉、チーズ、人参、小松菜、キャベツ、 絹さや、大根)	ホットケーキ (ホットケーキ粉、 卵、牛乳)
3(木)	パン・野菜スープ 大豆と鶏肉のトマト煮・ブロッコリーサラダ (パン、鶏ひき肉、大豆水煮、じゃが芋、人参、 玉ねぎ、トマト、ブロッコリー、白菜)	パン・野菜スープ 大豆と鶏肉のトマト煮・ブロッコリーサラダ (パン、鶏ひき肉、大豆水煮、じゃが芋、人参、 玉ねぎ、トマト、ブロッコリー、白菜)	おさかな粥 (米、ツナ、もやし)
4(金)	7倍粥・野菜スープ 鮭の煮物・きゅうりと人参のサラダ (米、鮭、きゅうり、人参、青梗菜、 玉ねぎ)	5倍粥・野菜スープ 鮭の煮物・きゅうりと人参のサラダ (米、鮭、きゅうり、人参、青梗菜、 玉ねぎ、えのき、はるさめ)	 さつまいも団子 (さつまいも、きなこ、 片栗粉)
7(月)	野菜と鶏肉のとじうどん じゃが芋の煮物・バナナ (うどん、鶏ひき肉、キャベツ、玉ねぎ、もやし 人参、じゃが芋、バナナ)	野菜と鶏肉のとじうどん じゃが芋の煮物・バナナ (うどん、鶏ひき肉、キャベツ、玉ねぎ、もやし 人参、じゃが芋、バナナ)	グリンピース粥 (米、グリンピース)
8(火)	7倍粥・野菜スープ 鶏肉の卵とじ・キャベツの煮びたし (米、鶏ひき肉、卵黄、人参、キャベツ、玉ねぎ、 絹さや)	5倍粥・みそ汁 鶏肉の卵とじ・キャベツの煮びたし (米、鶏ひき肉、卵黄、人参、キャベツ、玉ねぎ、 絹さや、グリーンアスパラガス)	赤ちゃん用お菓子
9(水)	7倍粥・野菜スープ じゃが芋と鶏の煮物・野菜煮 (米、鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参 小松菜、キャベツ)	5倍粥・野菜スープ じゃが芋と鶏団子の煮物・野菜煮 (米、鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参 小松菜、キャベツ、おくら)	チーズサンド (食パン・チーズ)

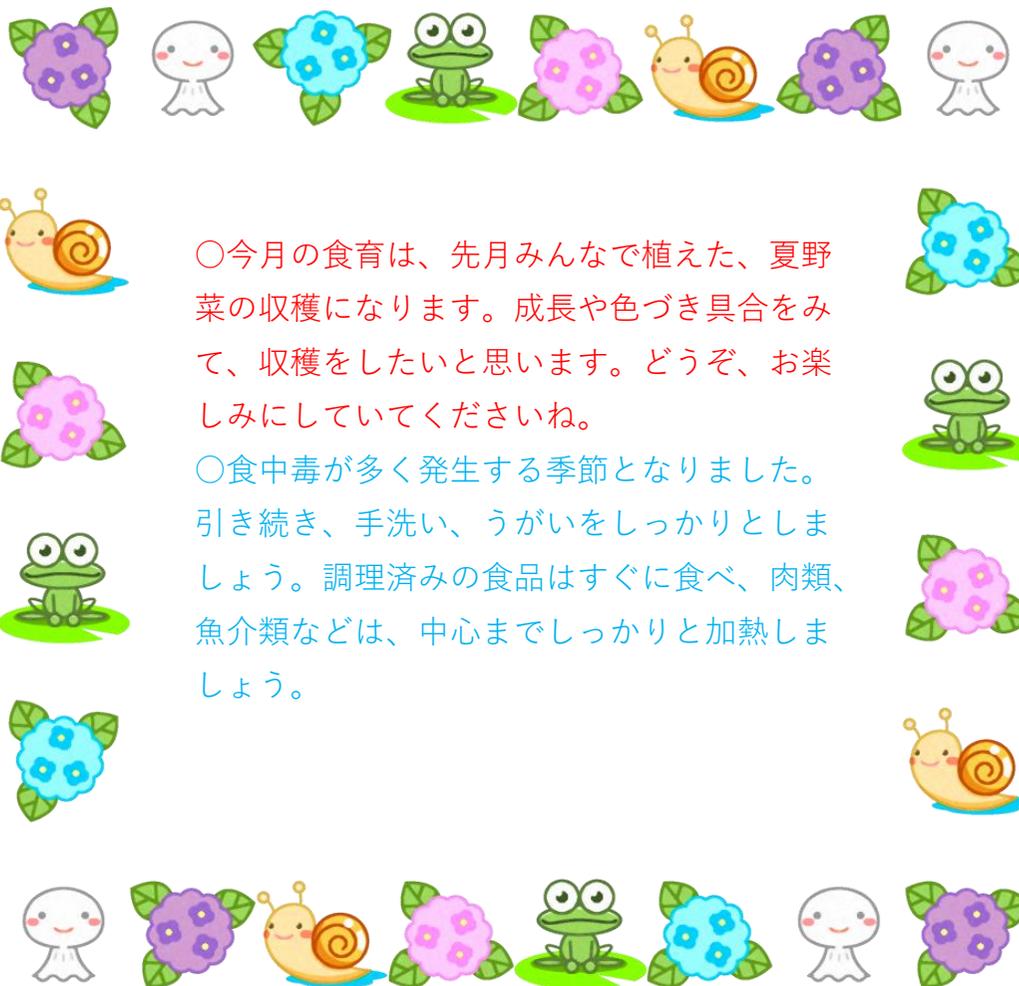
	中期食	後期食	午後おやつ
10(木)	7倍粥・野菜スープ 鮭の煮物・かぼちゃといんげんの和え物 (米、鮭、かぼちゃ、いんげん、里芋、大根、人参、白菜)	5倍粥・すまし汁 鮭の煮物・かぼちゃといんげんの和え物 (米、鮭、かぼちゃ、いんげん、里芋、大根、人参、白菜)	スパゲティ煮 (スパゲティ、人参、玉ねぎ)
11(金)	パン・野菜スープ・野菜と鶏の煮物 温野菜 (食パン、とりひき、きゅうり、ブロッコリー、にんじん、玉ねぎ)	パン・野菜スープ 肉団子煮・温野菜 (食パン、とりひき、きゅうり、ブロッコリー、にんじん、玉ねぎ、コーン)	わかめ粥 (米、カットわかめ)
14(月)	7倍粥・野菜スープ 野菜と鶏肉の煮物・さつまいもとりんごの煮物 (米、とりひき、木綿豆腐、なす、ピーマン、人参、さつまいも、大根、ほうれんそう、りんご)	5倍粥・すまし汁 野菜と鶏肉の煮物・さつまいもとりんごの煮物 (米、とりひき、木綿豆腐、なす、ピーマン、人参、さつまいも、大根、ほうれんそう、りんご)	ホットケーキ (ホットケーキ粉、卵、牛乳)
15(火)	7倍粥・野菜スープ 鮭のとじ煮、じゃがいも煮 (米、鮭、じゃが芋、きゅうり、人参、キャベツ、大根)	5倍粥・みそ汁 鮭のとじ煮、じゃがいも煮 (米、鮭、じゃが芋、きゅうり、人参、キャベツ、大根、コーン)	さつまいも団子 (さつまいも、片栗粉)
16(水)	パン・野菜スープ しらすの卵黄とじ・里芋の煮物、バナナ (米、しらす干し、卵黄、人参、里芋、玉ねぎ、枝豆、バナナ)	パン・野菜スープ しらすの卵黄とじ・里芋の煮物、バナナ (米、しらす干し、卵黄、人参、里芋、玉ねぎ、枝豆、バナナ)	肉そぼろ粥 (米、とりひき)
17(木)	7倍粥・野菜スープ 納豆と豆腐の煮物、ヨーグルト (米、納豆、木綿豆腐、小松菜、人参、キャベツ、ヨーグルト)	5倍粥・みそ汁 納豆と豆腐の煮物、ヨーグルト (米、納豆、木綿豆腐、小松菜、人参、キャベツ、ねぎ、ヨーグルト)	にゅうめん (そうめん、人参、キャベツ)
18(金)	鶏と野菜のあんかけ粥・野菜煮 野菜スープ (米、とりひき、きゅうり、小松菜、玉ねぎ、人参)	鶏と野菜のあんかけ粥・野菜煮 野菜スープ (米、とりひき、きゅうり、小松菜、玉ねぎ、人参、えのき)	赤ちゃん用お菓子



	中期食	後期食	午後おやつ
21(月)	7倍粥・野菜スープ 野菜と鶏そぼろ煮・マカロニサラダ (米、とりひき肉、たまねぎ、マカロニ、人参 きゅうり、大根、白菜)	5倍粥・みそスープ 野菜と肉団子煮・マカロニサラダ (米、とりひき肉、たまねぎ、マカロニ、人参 きゅうり、大根、白菜、しめじ)	しらす粥 (米、しらす干し)
22(火)	鶏汁うどん・かぼちやの煮物 バナナ (うどん、とりひき、高野豆腐、人参、大根 かぼちや、小松菜、白菜、バナナ)	鶏汁うどん・かぼちやの煮物 バナナ (うどん、とりひき、高野豆腐、人参、大根、白菜 かぼちや、小松菜、白菜、バナナ)	ツナ粥 (米、ツナ、人参)
23(水)	7倍粥・野菜スープ・野菜と鮭の煮物 白菜のとろとろ煮 (米、鮭、キャベツ、人参、さつま芋、大根 白菜、ピーマン)	5倍粥・みそ汁・野菜と鮭の煮物・白菜のとろとろ煮 (米、鮭、キャベツ、人参、さつま芋、大根 白菜、ピーマン、ねぎ)	きなこスティックパン (食パン・きなこ)
24(木)	7倍粥・野菜スープ・野菜の卵とじ さと芋煮 (米、卵、木綿豆腐、ほうれんそう、人参 キャベツ、さといも)	5倍粥・みそ汁・野菜の卵とじ さと芋煮 (米、卵、木綿豆腐、ほうれんそう、人参 キャベツ、さといも、ねぎ)	 赤ちゃん用菓子 (赤ちゃん用菓子)
25(金)	パン・野菜スープ・高野豆腐の煮物 じゃこサラダ (米、高野豆腐、しらす干し、玉ねぎ、かぼちや、 キャベツ、人参、いんげん)	パン・野菜スープ・高野豆腐の煮物 じゃこサラダ (米、高野豆腐、しらす干し、玉ねぎ、かぼちや、 キャベツ、人参、いんげん)	わかめ粥 (米、カットわかめ)
28(月)	あんかけうどん・ポテトサラダ 卵スープ・バナナ (うどん、卵、玉ねぎ、いんげん、じゃが芋、 きゅうり、人参、小松菜、バナナ)	あんかけうどん・ポテトサラダ 卵スープ・バナナ (うどん、卵、玉ねぎ、いんげん、じゃが芋、 きゅうり、人参、小松菜、バナナ)	鶏粥 (米、鶏ひき肉、人参)
29(木)	7倍粥・野菜スープ かぼちやの鶏そぼろ煮・小松菜の和え物 (米、鶏ひき肉、玉ねぎ、かぼちや、きゅうり、 こまつな、人参)	5倍粥・みそ汁 かぼちやの鶏そぼろ煮・小松菜の和え物 (米、鶏ひき肉、玉ねぎ、かぼちや、きゅうり、 こまつな、人参、えのき)	ホットケーキ (ホットケーキ粉、 卵、牛乳)

30(木)	7倍粥・野菜スープ・たらのトマト煮 青菜のとろとろ煮 (米、たら、人参、小松菜、大根、かぼちゃ トマトピューレ)	5倍粥・すまし汁・たらのトマト煮 青菜のとろとろ煮 (米、たら、人参、小松菜、大根、かぼちゃ トマトピューレ、もやし)	赤ちゃん用菓子 (赤ちゃん用菓子)
-------	---	--	----------------------

仕入の都合により、献立が変更することがあります。ご了承ください。



○今月の食育は、先月みんなで植えた、夏野菜の収穫になります。成長や色づき具合をみて、収穫をしたいと思います。どうぞ、お楽しみにしててくださいね。

○食中毒が多く発生する季節となりました。引き続き、手洗い、うがいをしっかりとしましょう。調理済みの食品はすぐに食べ、肉類、魚介類などは、中心までしっかりと加熱しましょう。