

# 7月離乳食献立（中期）

赤保発第50号  
平成29年7月1日  
赤間保育園  
園長 小方 圭子

日	曜	主食	午前食	午後食	主な材料(午前食)	(午後食)
1	土	お粥	わかめの煮物 まいたけの味噌汁	マカロニのケチャップ煮 キャベツのスープ	わかめ 人参 ささみ 醤油 まいたけ 玉ねぎ しいりこ 味噌	マカロニ 鶏ミンチ 玉ねぎ ケチャップ キャベツ コンソメ
3	月	お粥	ケチャップスープ フルーツヨーグルト	南瓜の煮物 麩の味噌汁	鶏ミンチ 片栗粉 ケチャップ じゃが芋 人参 玉ねぎ コンソメ ヨーグルト バナナ りんご	南瓜 鶏ミンチ 玉ねぎ 醤油 麩 人参 しいりこ 味噌
4	火	お粥	卵と豆腐の丼ぶり ほうれん草の味噌汁	白身魚のにゅう麺	卵黄 豆腐 醤油 じゃが芋 人参 しいりこ 味噌	そうめん 玉ねぎ 人参 白身魚 しめじ 昆布 鰹節 醤油
5	水	お粥	キャベツの味噌煮 わかめスープ	豆腐入り肉団子 きのこのすまし汁	キャベツ ささみ 味噌 わかめ 玉ねぎ コンソメ	鶏ミンチ 豆腐 片栗粉 醤油 まいたけ えのき 人参 昆布 鰹節
6	木	お粥	レーバーのケチャップ煮 えのきの味噌汁	キャベツの青のり煮 納豆汁	レーバー じゃが芋 ケチャップ えのき 人参 しいりこ 味噌	キャベツ 青のり 醤油 納豆 人参 味噌
7	金	午前食パン 午後お粥	人参の卵とじ マカロニスープ	肉じゃが 麩のすまし汁	人参 卵黄 コンソメ マカロニ 玉ねぎ ケチャップ 片栗粉	じゃが芋 鶏ミンチ 人参 玉ねぎ 麩 わかめ 昆布 鰹節 醤油
8	土	午前お粥	白身魚の煮付け きのこの味噌汁	具うどん	白身魚 醤油 しめじ えのき しいりこ 味噌	うどん麺 鶏ミンチ 玉ねぎ 醤油 じゃが芋 人参
10	月	お粥	卵焼き じゃが芋の味噌汁	玉ねぎのしらす煮 わかめのすまし汁	卵黄 じゃが芋 人参 しいりこ 味噌	玉ねぎ しらす 醤油 わかめ 麩 人参 昆布 鰹節
11	火	お粥	マカロニのケチャップ煮 ミルクスープ	南瓜のきなこ和え 肉団子スープ	マカロニ 鶏ミンチ 玉ねぎ ケチャップ 粉ミルク じゃが芋 人参 コンソメ	南瓜 黄粉 鶏ミンチ 片栗粉 玉ねぎ コンソメ
12	水	お粥	にゅう麺	じゃが芋のコンソメ煮 かき玉汁	そうめん ささみ わかめ 玉ねぎ 人参 昆布 鰹節 醤油	じゃが芋 人参 コンソメ 卵黄 玉ねぎ 昆布 鰹節 醤油
13	木	お粥	椎茸の青のり煮 麩の味噌汁	親子丼 わかめのすまし汁	椎茸 鶏ミンチ 玉ねぎ 青のり 醤油 麩 人参 しいりこ 味噌	卵黄 鶏ミンチ 玉ねぎ 鰹節 醤油 わかめ 人参 昆布
14	金	午前お粥 午後パン	マカロニのケチャップ煮 卵スープ	キャベツのしらす煮 じゃが芋のポターージュ	マカロニ 鶏ミンチ 玉ねぎ ケチャップ 卵黄 人参 コンソメ	キャベツ しらす 醤油 じゃが芋 玉ねぎ 青のり コンソメ粉ミ ルク
15	土	午前お粥	豆腐の煮物 麩のすまし汁	わかめうどん	白菜 白身魚 人参 醤油 しめじ 玉ねぎ コンソメ	わかめ 人参 ささみ 醤油 玉ねぎ うどん麺 昆布 鰹節
18	火	午後お粥	ささみのやわ煮 白菜のスープ	キャベツの煮物 肉団子スープ	ささみ 人参 醤油 白菜 コンソメ	キャベツ 人参 醤油 鶏ミンチ 玉ねぎ コンソメ
19	水	午前パン 午後お粥	ハンバーグ オニオンスープ	じゃが芋の煮物 椎茸のスープ	鶏ミンチ 片栗粉 醤油 玉ねぎ 人参 コンソメ	じゃが芋 人参 玉ねぎ 醤油 椎茸 ささみ コンソメ 片栗粉
20	木	お粥	卵焼き そうめん汁	青のりポテト 人参のスープ	卵黄 そうめん 人参 玉ねぎ 昆布 鰹節 醤油	じゃが芋 青のり 人参 玉ねぎ コンソメ
21	金	午後お粥	卵とわかめのうどん フルーツヨーグルト	玉ねぎのおかか煮 麩の味噌汁	卵黄 わかめ うどん麺 昆布 鰹節 醤油 ヨーグルト 果物	玉ねぎ 鰹節 ささみ 醤油 麩 人参 しいりこ 味噌
22	土	お粥	豆腐の丼ぶり じゃが芋の味噌汁	キャベツのコンソメ煮 ケチャップスープ	豆腐 キャベツ 青のり 醤油 じゃが芋 人参 しいりこ 味噌	キャベツ コンソメ 鶏ミンチ 玉ねぎ 人参 ケチャップ
24	月	お粥	キャベツとささみのとろみ煮 玉ねぎの味噌汁	マカロニのやわ煮 キャベツのスープ	キャベツ ささみ 醤油 片栗粉 玉ねぎ 人参 しいりこ 味噌	マカロニ 鶏ミンチ ケチャップ キャベツ 人参 コンソメ
25	火	お粥	人参のしらす煮 かきたま汁	白身魚の雑炊 麩のすまし汁	人参 しらす 卵黄 玉ねぎ 昆布 鰹節 醤油	白身魚 わかめ 麩 玉ねぎ 人参 昆布 鰹節 醤油
26	水	お粥	豆腐ときのこの卵とじ オニオンスープ	南瓜の煮物 わかめの味噌汁	卵黄 豆腐 しめじ 醤油 玉ねぎ コンソメ	南瓜 玉ねぎ 人参 鶏ミンチ 醤油 わかめ 玉ねぎ しいりこ 味噌
27	木	午前お粥 午後パン	じゃが芋の煮物 しらすのすまし汁	肉団子のケチャップ煮 オニオンスープ	じゃが芋 人参 玉ねぎ 醤油 しらす 麩 昆布 鰹節	豆腐 鶏ミンチ ケチャップ 玉ねぎ コンソメ
28	金	午前お粥	豆腐ハンバーグ さつま芋のポターージュ	白身魚のうどん	鶏ミンチ 豆腐 片栗粉 醤油 さつま芋 粉ミルク 青のり	白身魚 人参 玉ねぎ わかめ 昆布 鰹節 醤油
29	土	お粥	ケチャップスープ フルーツヨーグルト	卵焼き キャベツのスープ	ささみ 南瓜 ピーマン 玉ねぎ 人参 片栗粉 ケチャップ ヨーグルト 果物	卵黄 キャベツ 人参 玉ねぎ コンソメ
31	月	お粥	人参のミンチ煮 かき玉汁	麩の青のり煮 えのきの味噌汁	もやし 人参 鶏ミンチ 醤油 卵黄 玉ねぎ コンソメ	麩 玉ねぎ 青のり ささみ 醤油 えのき 人参 しいりこ 味噌

・食材の入荷の都合により、献立の一部が変更になる場合がございます。ご了承ください。

・その他に果物が付きます。