



平成 30年度 7月離乳食献立表

	ごっくん期	もぐもぐ期	かみかみ期	おやつ		ごっくん期	もぐもぐ期	かみかみ期	おやつ
名前					名前				
月 2日 30日		大豆とじゃが芋、ピーマンの煮物 小松菜と人参のさっと煮 茄子のスープ	大豆と揚げじゃが芋の煮物 小松菜のさっと煮 茄子の味噌汁	ホットケーキ (お野菜ボール)	月 9日 23日		白身魚のあんかけ ほうれん草と人参の和え物 豆腐とわかめのスープ	鶏のから揚げ ほうれん草のポン酢和え 豆腐とわかめの味噌汁	のりじゃこトースト (ふわふわせんべい)
火 3日 17日 31日		白身魚のあんかけ 切干大根と人参の含め煮 さつま芋のスープ	胡瓜と豚赤身、白葱の炒め物 切干大根の含め煮 さつま芋の味噌汁	きな粉マカロニ (ふわふわせんべい)	火 24日		白身魚と野菜のあんかけ 南瓜の含め煮 白菜と人参のスープ	鯖のおろし煮 (白身魚と野菜のあんかけ) 南瓜の含め煮 豚汁	チヂミ (お野菜ボール)
水 4日		じゃが芋、人参、玉葱の ミルク煮 グリーンサラダ	クリームシチュー グリーンサラダ	枝豆、(とうもろこし)	水 11日 25日		南瓜、茄子、パプリカ のスープ 大豆、人参、胡瓜の含め煮	鶏もも肉と野菜のクリーム煮 ココロサラダ	11日 わらび餅 25日 フルーツ ヨーグルト
木 5日 19日		白身魚とじゃが芋、 絹さやのくずし煮 ひじきと大豆の含め煮 モロヘイヤのスープ	肉じゃが ひじきと大豆の含め煮 モロヘイヤの味噌汁	りんご、さつま芋煮	木 12日 26日		小松菜と人参入り、炒り豆腐 キャベツとじゃが芋のつぶし和え わかめともやしのすまし汁	野菜と豚肉の炒め物 焼きビーフン わかめスープ	バナナ おしゃぶり昆布
金 6日 20日		白身魚のほぐし焼き 高野豆腐と人参、 グリーンピースの含め煮 小松菜のスープ	さんまの蒲焼き 高野豆腐の玉子とじ 青菜の味噌汁	6日 セタゼリー 20日 カルピスゼリー	金 13日 27日		鮭のほぐし焼き 冬瓜、玉葱、ほうれん草 のくずし煮 南瓜のスープ	鮭の梅味噌焼き 冬瓜とひき肉のあんかけ 南瓜の味噌汁	ジャムサンド (ふわふわせんべい)
土 7日 21日		野菜入りおじや	煮込みうどん		土 14日 28日		野菜入りおじや	冷やし中華	
誕生 会 18日	18日(水)は お誕生日会です	じゃこ入りおじや じゃが芋と人参のマッシュポテト 和風温サラダ オクラと豆腐のすまし汁	鮭寿司 星のコロッケ 和風温サラダ / ぶどう オクラと豆腐のすまし汁	枝豆、(とうもろこし)	麵 の 10日(火)は 麵の日です 10日		おうどんのくたくた煮	冷やしうどん	チヂミ (お野菜ボール)