

献立表 2021年7月〈離乳食後期〉

◎食材チェックアンケート（コードモンアプリ）にご協力をお願いいたします。 ◎昼おやつはフルーツ（りんご、キウイ、オレンジ、季節の果物）とスナック（ビスケット、ラムネ、ぱりんこ など）

◎土曜日は給食はありません。お弁当（おにぎり、パンなどでも可）の用意をお願いします。

日付	2021/7/1	2021/7/2	2021/7/3	2021/7/5	2021/7/6	2021/7/7	2021/7/8	2021/7/9	2021/7/10	2021/7/12	2021/7/13	2021/7/14	2021/7/15
	木曜日	金曜日	土曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日
主食	軟飯	食パン	お弁当	軟飯	軟飯	軟飯	軟飯	軟飯	お弁当	軟飯	軟飯	軟飯	軟飯
食材	米	食パン		米	米	米	米	米		米	米	米	米
主菜	鶏とキャベツのみそ煮	鮭の塩焼き		白身魚のホイル焼き	豚肉の炒め煮	鶏肉の照焼	トマト肉じゃが	煮魚		さわらの塩焼き	豚肉のトマト煮	豆腐ハンバーグ	鶏とキャベツのみそ煮
食材	鶏肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、みそ、濃口しょうゆ、けずり節	生さけ、食塩		キングフィレ、たまねぎ、にんじん、三温糖、濃口しょうゆ	豚肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ、濃口しょうゆ、三温糖、油、けずり節	鶏肉、三温糖、濃口しょうゆ	豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマト、いんげん、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節	からすかれい、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節		鯖、食塩	豚肉、たまねぎ、にんじん、三温糖、トマトピューレ、濃口しょうゆ	豚ミンチ、たまねぎ、にんじん、パン粉、木綿豆腐、食塩	鶏肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、みそ、濃口しょうゆ、けずり節
副菜	お浸し	お浸し		もやしのお浸し	チンゲン菜のお浸し	短冊サラダ	小松菜のお浸し	ブロッコリーのお浸し		高野豆腐の含め煮	キャベツのお浸し	チンゲン菜のおかか和え	もやしのお浸し
食材	太もやし、濃口しょうゆ	きゅうり、にんじん、濃口しょうゆ		太もやし、ほうれんそう、にんじん、濃口しょうゆ	チンゲンサイ、濃口しょうゆ	大根、きゅうり、にんじん、濃口しょうゆ	小松菜、濃口しょうゆ	ブロッコリー、濃口しょうゆ		高野豆腐の含め煮、にんじん、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節	キャベツ、花かつお、濃口しょうゆ	チンゲンサイ、太もやし、濃口しょうゆ、かつお節	太もやし、濃口しょうゆ
汁物	じゃがいものみそ汁	キャベツのスープ		冬瓜のみそ汁	豆腐のみそ汁	七タスープ	もやしのみそ汁	小松菜のみそ汁		キャベツのすまし汁	納豆汁	かぼちゃのみそ汁	じゃがいものみそ汁
食材	じゃがいも、みそ、けずり節	キャベツ、たまねぎ、薄口しょうゆ、けずり節		冬瓜、たまねぎ、みそ、けずり節	絹ごし豆腐、みそ	ビーフン、にんじん、オクラ、けずり節、薄口しょうゆ	太もやし、みそ、けずり節	小松菜、みそ、けずり節		キャベツ、たまねぎ、けずり節、薄口しょうゆ	納豆、みそ、だし昆布	かぼちゃのみそ汁、みそ、けずり節	じゃがいも、みそ、けずり節
朝おやつ	ハイハイ	ハイハイ		ハイハイ	ハイハイ	ハイハイ	ハイハイ	ハイハイ		ハイハイ	ハイハイ	ハイハイ	ハイハイ
昼おやつ	フルーツ	フルーツ		フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ		フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
日付	2021/7/16	2021/7/17	2021/7/19	2021/7/20	2021/7/21	2021/7/22	2021/7/23	2021/7/24	2021/7/26	2021/7/27	2021/7/28	2021/7/29	2021/7/30
	金曜日	土曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
主食	食パン	お弁当	軟飯	軟飯	軟飯			お弁当	軟飯	食パン	軟飯	軟飯	軟飯
食材	食パン		米	米	米				米	食パン	米	米	米
主菜	鮭の塩焼き		白身魚のホイル焼き	豚肉の炒め煮	鶏肉の甘辛煮				さわらの塩焼き	鶏肉の照焼	トマト肉じゃが	煮魚	豚肉のトマト煮
食材	生さけ、食塩		キングフィレ、たまねぎ、にんじん、三温糖、濃口しょうゆ	豚肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ、濃口しょうゆ、三温糖、油、けずり節					鯖、食塩	鶏肉、濃口しょうゆ、三温糖	豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、トマト、いんげん、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節	からすかれい、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節	豚肉、たまねぎ、にんじん、三温糖、トマトピューレ、濃口しょうゆ
副菜	お浸し		もやしのお浸し	チンゲン菜のお浸し	きゅうりのおかか和え				高野豆腐の含め煮	キャベツのお浸し	小松菜のお浸し	ブロッコリーのお浸し	キャベツのお浸し
食材	きゅうり、にんじん、濃口しょうゆ		太もやし、ほうれんそう、にんじん、濃口しょうゆ	チンゲンサイ、濃口しょうゆ					高野豆腐の含め煮、にんじん、三温糖、濃口しょうゆ、けずり節	キャベツ、にんじん、濃口しょうゆ	小松菜、濃口しょうゆ	ブロッコリー、濃口しょうゆ	キャベツ、花かつお、濃口しょうゆ
汁物	キャベツのスープ		冬瓜のみそ汁	豆腐のみそ汁	豆腐となすのみそ汁				キャベツのすまし汁	野菜スープ	もやしのみそ汁	ほうれん草のみそ汁	納豆汁
食材	キャベツ、みそ、だし昆布		冬瓜、たまねぎ、みそ、けずり節	かぼちゃ、みそ、けずり節					キャベツ、たまねぎ、けずり節、薄口しょうゆ	じゃがいも、たまねぎ、だし昆布、薄口しょうゆ	太もやし、みそ、けずり節	ほうれんそう、みそ、けずり節	納豆、みそ、だし昆布
朝おやつ	ハイハイ		ハイハイ	ハイハイ	ハイハイ				ハイハイ	ハイハイ	ハイハイ	ハイハイ	ハイハイ
昼おやつ	フルーツ		フルーツ	フルーツ	フルーツ				フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ