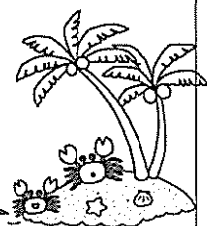







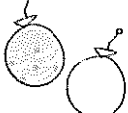




# ★ 7月 献立表 (離乳食完了期) ★

	1 木	2 金	3 土	5 月	6 火	7 水	8 木	9 金	10 土	12 月	13 火	14 水	15 木	
	■冷やしつねうどん うどん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 削りぶし わかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし おさとう さとう 淡口しょうゆ みりん風 ■野菜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん にら 緑豆もやし キャノーラ油 とりがらスープ しお 濃口しょうゆ	■ビーフカレー 米 ぎゅうにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイオン ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ 	■麻婆丼 米 とろろ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん しょうが みそ 濃口しょうゆ とりがらスープ こしょう ごま油 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ わかめ とりがらスープ 淡口しょうゆ	■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば しお ■ひじき煮 ひじき にんじん だいず水煮 きぬさや 濃口しょうゆ さとう みりん風 削りぶし ■みそしる にんじん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん にら りょうり酒 さとう みりん風 キャノーラ油 ■春雨の酢の物 はるさめ きゅうり にんじん 穀物酢 さとう 淡口しょうゆ ■すまし汁 わかめ ふ 青ねぎ 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし 	■七夕献立☆ 七タンチュー 米 コーン とりにく じゃがいも たまねぎ ブロッコリー はくさい にんじん キャノーラ油 とうにゅう みそ しお 淡口しょうゆ ブイオン かたくり粉 こめ粉 にんじん ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお 	■やしそば 小麦中華めん ぶたにく ぎやべつ 緑豆もやし にんじん ピーマン 中濃ソース キャノーラ油 かつおぶし ■具だくさん味噌汁 さつまいも だいこん にんじん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■カレーチャーハン 米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 黄ピーマン とりがらスープ 濃口しょうゆ カレー粉 キャノーラ油 しお パセリ缶 ■インゲン中華和え さいいんげん にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ コーン とりがらスープ 淡口しょうゆ	■牛丼 米 牛バラ たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■カリフラワーのポン酢和え カリフラワー にんじん ポン酢 ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■豚肉の胡麻器油炒め ぶたにく たまねぎ しょうが ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ みりん風 さとう ■ちくわときゅうりの酢の物 ちくわ きゅうり わかめ さとう 濃口しょうゆ ■すまし汁 えのき にんじん 青ねぎ 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■さわらの西京焼き さわら しお 甘みそ りょうり酒 みりん風 さとう だいずフレーク キャノーラ油 ケチャップ ■大根サラダ だいこん コーン にんじん 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ■スープ きゃべつ たまねぎ ブイオン しお	■冷やし中華風 小麦中華めん ハム もやし きゅうり ツナ水煮 黄ピーマン 濃口しょうゆ さとう 穀物酢 とりがらスープ ごま油 ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ さとうり酒 白ごま		
	10時	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶
	3時	■おかかおにぎり 米 かつおぶし 濃口しょうゆ みりん風 ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■マカロニきなこ マカロニ きなこ さとう ■牛乳 牛乳	■セサミクッキー こめ粉 ベーキングパウダー 黒ごま マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■キャラットクッキー こめ粉 にんじん ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■フルーツ(すいか) すいか ■牛乳 牛乳 	■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶

	16 金	17 土	19 月	20 火	21 水	22 木	23 金	24 土	26 月	27 火	28 水	29 木	30 金	31 土	
	■チキンカレー 米 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイオン ■大豆サラダ だいず水煮 ミックスビーンズ にんじん さいいんげん マヨネーズ 	■鶏そぼろ丼 米 鶏ひき肉 しょうが さとう 濃口しょうゆ コーン キャノーラ油 しお ほうれんそう キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ しお ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん りょうり酒 濃口しょうゆ みりん風 さとう みりん風 だし昆布 削りぶし ■カレイの煮付け からすかれい しょうが 濃口しょうゆ みりん風 りょうり酒 さとう ■小松菜のごま和え こまつな にんじん 濃口しょうゆ みりん風 白ごま ■みそしる たまねぎ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく りょうり酒 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー ツナ水煮 濃口しょうゆ さとう ■みそしる きやべつ えのき 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	海の日 		スポーツの日 		■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう りょうり酒 だし昆布 削りぶし ■ほうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ みりん風 ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さけ りょうり酒 しお ■キャノーラ油 高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん きぬさや 削りぶし しお 淡口しょうゆ みりん風 ■みそしる はくさい にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏肉のトマト煮 とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー トマト缶 ブイオン さとう しお キャノーラ油 ■オクラのツナマヨ和え おくら にんじん ツナ水煮 マヨネーズ 濃口しょうゆ さとう ■スープ きゃべつ たまねぎ ブイオン しお 	■ごはん 米 ■牛肉の甘辛炒め ぎゅうにく りょうり酒 しお みりん風 りょうり酒 さとう みりん風 りょうり酒 キャノーラ油 ■小松菜と厚揚げの煮物 あつあげ こまつな ごま油 濃口しょうゆ さとう みりん風 削りぶし ■みそしる えのき にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■わかめうどん うどん とりにく わかめ 青ねぎ たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイオン さとう 淡口しょうゆ みりん風 だいず水煮 きやべつ コーン マヨネーズ	■ポークカレー 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイオン ■コールスローサラダ きゃべつ きゅうり コーン マヨネーズ	■鶏のずき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■インゲンの和え物 さいいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 
	10時	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶	
	3時	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■コーンフレークの洋風おこし コーンフレーク マシュマロ マーガリン ■牛乳 牛乳	■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳		■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■お麩のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■ポップコーン(きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 きな粉 さとう ■牛乳 牛乳	■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■いなりおにぎり 米 あぶらあげ さとう 濃口しょうゆ ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	