










★ 7月 献立表 (分園離乳食完了期) ★

	1 金	2 土	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	9 土	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金	
昼食	<p>■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 カレーパウダー ■コーンサラダ コーン たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ</p> 	<p>■麻婆丼 米 とろろ 豚ひき肉 たまねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ ごま油 ■ブロッコリーの中身 ブロッコリー にんじん ごま油 殺物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ わかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ</p>	<p>■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 きぬさや 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 みそ にんじん あぶらあげ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■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 みそ 濃口しょうゆ さとう ■ブロッコリー ブロッコリー ツナ水煮 濃口しょうゆ さとう ■春雨の酢の物 はるさめ きゅうり 殺物酢 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 みりん風 だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく しょうゆ 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■ブロッコリー ブロッコリー ツナ水煮 濃口しょうゆ さとう ■きんぴら きんぴら えのき みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■七夕献立 ■ちらし寿司 米 殺物酢 三温糖 しお 白ごま 高野とうふ にんじん 干しいたけ 干兵衛 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■インゲン インゲン にんじん ごま油 殺物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ</p> 	<p>■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 鶏がらスープ 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 インゲン にんじん ごま油 殺物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ</p>	<p>■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 さとう 濃口しょうゆ ■カリフラワーのポン酢和え カリフラワー ポン酢 ■みそ汁 みそ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の胡麻油炒め ぶたにく たまねぎ ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう ■5くわとまきゆりの酢の物 ちくわ きゅうり わかめ さとう 濃口しょうゆ ■殺物酢 殺物酢 しお みそ にんじん 青ねぎ 淡口しょうゆ みりん風 だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■さわらの西京焼き さわら しお みそ りょうり酒 みりん風 さとう ■大根サラダ だいこん コーン にんじん 殺物酢 さとう 濃口しょうゆ ■スープ きんぴら たまねぎ ブイヨン しお</p>	<p>■冷やし中華 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 殺物酢 鶏がらスープ 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 白ごま</p>	<p>■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 カレーパウダー ■大豆サラダ だいず水 ミックスビーンズ にんじん きんぴら マヨネーズ</p> 		
	10時	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>
	3時	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■お豆腐 お豆腐 木綿とうふ こめ粉 さとう 水 キャノーラ油 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■セザミクッキー 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</p>	<p>■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■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</p> 	<p>■お菓子のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(すいか) すいか ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツヨーグルト ヨーグルト さとう もも缶 ■お茶 ほうじ茶</p>
昼食	<p>■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 ■みそ汁 みそ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>海の日 </p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 ■炒めなます 切干だいこん だいこん きぬさや ごま油 殺物酢 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそ汁 みそ たまねぎ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■たきごみごはん 米 しめじ にんじん こんにゃく あぶらあげ 淡口しょうゆ だし昆布 削りぶし ■カレイの煮付け からすかいかい しょうが 濃口しょうゆ さとう みりん風 りょうり酒 ■小松菜のごま和え 小松菜 ごま油 濃口しょうゆ さとう 白ごま ■みそ汁 みそ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■やきそば 小麦中華めん ぶたにく きんぴら きんぴら みそ 中濃ソース キャノーラ油 ■具だくさん味噌汁 具だくさん 味噌汁 さとう みそ にんじん あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ハヤシライス 米 牛バラ たまねぎ しめじ キャノーラ油 ハヤシルー ■コーンスローサラダ きんぴら きんぴら コーン マヨネーズ</p>	<p>■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 削りぶし ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 和えもの 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 みそ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 	<p>■ごはん 米 ■鯖の塩焼き さば しお キャノーラ油 ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん ブロッコリー トマト缶 ブイヨン さとう しお キャノーラ油 ■オクラのツナマヨ和え オクラ ツナマヨ和え にんじん ツナ水煮 マヨネーズ 濃口しょうゆ ■スープ きんぴら たまねぎ ブイヨン しお</p>	<p>■ごはん 米 ■鶏肉のトマト煮 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん ブロッコリー トマト缶 ブイヨン さとう しお キャノーラ油 ■オクラのツナマヨ和え オクラ ツナマヨ和え にんじん ツナ水煮 マヨネーズ 濃口しょうゆ ■スープ きんぴら たまねぎ ブイヨン しお</p>	<p>■わかめうどん うどん わかめ わかめ 青ねぎ だし昆布 削りぶし さとう 濃口しょうゆ みりん風 だいず水 ひじき こんにゃく にんじん きんぴら さとう 濃口しょうゆ 削りぶし</p>	<p>■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 カレーパウダー ■マカロニサラダ マカロニ きんぴら にんじん マヨネーズ</p>	<p>■鶏のすき焼き風 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 カレーパウダー さとう 濃口しょうゆ ■インゲンの和え物 インゲン にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそ汁 みそ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p> 		
	10時	<p>■レーズン 干ぶどう ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶</p>
	3時	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■高野豆腐のココアトースト 高野豆腐 ココア さとう とうりょう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ゆかりおにぎり ゆかり ゆかり ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ボンマッシュマロ ボンマッシュマロ 水 マーガリン ■牛乳 牛乳</p>	<p>■ポップコーン(きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 きんぴら さとう ■牛乳 牛乳</p>	<p>■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</p>	<p>■いなりにぎり 米 あぶらあげ さとう 濃口しょうゆ ■お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳</p>	<p>■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳</p>	