











★ 7月 献立表 (本園離乳食完了期) ★

	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 ゆがいたたまねぎ にんじん キャノーラ油 ブイヨン ■コーンサラダ たまねぎ きゅうり にんじん マヨネーズ</p> 	<p>■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中巻和え 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 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 だいず水煮 きぬぎや 濃口しょうゆ さとう ■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</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 ■キャノーラ油 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 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 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 しょうゆ 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 きぬぎや みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■七夕献立☆ ちらし寿司 米 穀物酢 三温糖 しお 白ごま ■高野とうふ にんじん 干しいたけ 干兵 濃口しょうゆ さとう みりん風 削りぶし ■がんと煮 がんと煮 にんじん きぬぎや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■にゅうめん そうめん 青ねぎ 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし</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 さとう ■キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■カリフラワーのポンド和え カリフラワー にんじん ポンド ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</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ド和え カリフラワー にんじん ポンド ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし</p>	<p>■ごはん 米 ■豚肉の胡麻醤油炒め ぶたにく たまねぎ にんじん プロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう しお 白ごま ■キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■ほうれん草のソテー ほうれん草 わかめ ハム ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ 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 こめ粉 かたくり粉 だいずフレーク ■キャノーラ油 クチャップ ■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 ■すまし汁 えのき にんじん 淡口しょうゆ しお みりん風 だし昆布 削りぶし</p>	<p>■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 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>■子キンカレー 米 とり 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 ブイヨン ■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</p> 	
10時	<p>■チーズ チーズ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ 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>■お豆腐ドーナツ 木綿とうふ こめ粉 さとう 水 ■キャノーラ油 牛乳</p>	<p>■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 さとう 牛乳</p>	<p>■ポップコーン ポップコーンの素 ■キャノーラ油 しお 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・ジャムサンド クラッカー いちごジャム 牛乳</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</p> 	<p>■お菓子のラスク ふ マーガリン さとう 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 ほうれん草 ■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</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 にんじん きぬぎや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる ふ 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 あぶらあげ 濃口しょうゆ さとう 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 さとう みりん風 しょうゆ 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 ■みそしる きぬぎや 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 きやべつ きゅうり コーン マヨネーズ ■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</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 ■コールスローサラダ きやべつ きゅうり 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 だし昆布 削りぶし ■ほうれん草の和えもの ほうれん草 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</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 高野とうふ にんじん きぬぎや 削りぶし さとう しお 淡口しょうゆ ■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</p> 	<p>■ごはん 米 ■鶏肉のトマト煮 とり トマト じゃがいも たまねぎ にんじん プロッコリー ■キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■オクラのツナマヨ和え オクラ ツナ水煮 マヨネーズ 濃口しょうゆ ■スープ きやべつ たまねぎ ブイヨン しお</p>	<p>■ごはん 米 ■牛肉の甘辛炒め ぎゅうにく たまねぎ にんじん 糸こんにゃく 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 ■小松菜と厚揚げの煮物 あつあげ ごま油 濃口しょうゆ さとう ■みそしる にんじん きぬぎや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし</p>	<p>■わかめうどん うどん 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 ■大豆の燗煮 だいず水煮 ひじき にんじん きぬぎや 濃口しょうゆ さとう 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 ブイヨン ■マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん マヨネーズ</p>	<p>■鶏のすき焼き風丼 米 とり じゃがいも 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 ■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</p> 
10時	<p>■レーズン 干ぶどう お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■レーズン 干ぶどう お茶 ほうじ茶</p>	<p>■赤ちゃんせんべい ハイハイ お茶 ほうじ茶</p>	<p>■チーズ チーズ 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 高野とうふ さとう ココア とうにゅう 牛乳</p>	<p>■ゆかりおにぎり 米 ゆかり お茶 ほうじ茶</p>	<p>■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 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>■ボンマッシュマロ ほん菓子 マッシュマロ 水 マーガリン 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 さとう 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</p>	<p>■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</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</p>	