



# 7月 離乳食こんだてひょう

旭が丘保育園

日	曜	9か月から11か月頃	12か月から18か月頃
1	月	軟飯 大豆入りひじきの炒り煮 豚汁	白ごはん 大豆入りひじきの炒り煮 豚汁
2	火	ロールパン 鶏のレモン塩唐揚げ リンゴ入りフレンチサラダ 野菜スープ	ロールパン 鶏のレモン塩唐揚げ リンゴ入りフレンチサラダ 野菜スープ
3	水	軟飯 夏野菜のスープ ポパイサラダ	夏野菜カレー ポパイサラダ
4	木	食パン ふわふわオムレツ きゅうり漬け 豆入り野菜スープ	食パン ふわふわオムレツ きゅうり漬け 豆入り野菜スープ
5	金	わかめごはん みそ汁 豚肉と根菜の甘辛煮	わかめごはん みそ汁 豚肉と根菜の甘辛煮
6	土	そうめん汁 金時豆煮 果物	そうめん汁 金時豆煮 果物
8	月	軟飯 きざみのり 中華サラダ 茄子入りマーボー豆腐	白ごはん きざみのり 中華サラダ 茄子入りマーボー豆腐
9	火	軟飯 切干大根とツナの和え物 肉豆腐 果物	白ごはん 切干大根とツナの和え物 肉豆腐 果物
10	水	煮込みうどん かぼちゃのサラダ	焼きそば かぼちゃのサラダ
11	木	軟飯 サラダステーキ ポイル野菜 かき玉汁	夏のおすし サラダステーキ ポイル野菜 かき玉汁
12	金	軟飯 ふりかけ 親子煮 みそ汁	白ごはん ふりかけ 親子煮 みそ汁
13	土	軟飯 ツナと野菜のスープ フルーツポンチ	ツナカレー フルーツポンチ
16	火	軟飯 ミートボール 茄子とピーマンの鍋しぎ みそ汁	白ごはん ミートボール 茄子とピーマンの鍋しぎ みそ汁
17	水	軟飯 ツナサラダ ほうれん草ときのこのスープ	キャロットピラフ ツナサラダ ほうれん草ときのこのスープ
18	木	ロールパン バンサンスウ かき卵汁	ロールパン バンサンスウ かき卵汁
19	金	軟飯 豚肉と野菜のスープ フルーツポンチ	カレー フルーツポンチ
20	土	そうめん汁 金時豆煮 果物	そうめん汁 金時豆煮 果物
22	月	軟飯 いわしの味噌煮 三色おひたし 豆腐のすまし汁	白ごはん いわしの味噌煮 三色おひたし 豆腐のすまし汁
23	火	キャロットパン 煮魚 野菜スープ ブロッコリーサラダ	キャロットパン 魚のフライ 野菜スープ ブロッコリーサラダ
24	水	スパゲティミートソース みかんサラダ	スパゲティミートソース みかんサラダ
25	木	軟飯 ひき肉と野菜の煮物 野菜スープ 野菜サラダ	白ごはん コロッケ カレー風味スープ 野菜のごまサラダ
26	金	菜飯 八宝菜 みそ汁	菜飯 八宝菜 みそ汁
27	土	煮込みうどん 中華風野菜スープ	焼きそば 中華風野菜スープ
29	月	軟飯 煮魚 かぼちゃの含め煮 みそ汁	白ごはん 白身フライ かぼちゃの含め煮 みそ汁
30	火	ロールパン 棒棒鶏 コーン卵スープ	ロールパン 棒棒鶏 コーン卵スープ
31	水	軟飯 ポテトサラダ みそ汁	じゃこチャーハン ポテトサラダ みそ汁
調理形態		歯茎でつぶせるかたさ バナナくらい	歯茎でかめるかたさ 肉団子くらい

食材の都合により、メニューの変更もあります