



7月離乳食献立予定表

松寺こども園

日	曜	午前おやつ	完了期(12~18ヶ月) 歯ぐきで噛める固さ 軟飯~御飯	午後おやつ
1	月	クッキー 番茶	ごはん 魚の照り焼き(鮭) サラダ(マカロニ 人参 胡瓜 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉葱 南瓜)	ボーロ 牛乳
2	火	せんべい 番茶	ごはん 豆腐あんかけ(豆腐 豚挽肉 人参 玉葱) 和え物(人参 もやし 小松菜 納豆) 味噌汁(人参 玉葱 豆腐 わかめ)	フレンズスイーツ 牛乳
3	水	ビスケット 番茶	ごはん ミートボール煮(鶏挽肉 パン粉) 和え物(ブロッコリー 人参 じゃが芋) 味噌汁(人参 玉葱 豆腐 わかめ)	せんべい ウエハース 牛乳
4	木	バナナ 番茶	ごはん オムレツ(卵 チーズ スキムミルク) 煮物(じゃが芋 人参 ツナ 玉葱) 味噌汁(人参 玉葱 おつゆ麩)	カスタードワッフル 牛乳
5	金	カステラ 番茶	ごはん 豆腐ステーキ サラダ(キャベツ 人参 胡瓜 ツナ マヨドレ) スープ(人参 玉葱 さつま芋)	七夕デザート クッキー 牛乳
6	土	ウエハース 番茶	ごはん 煮魚 和え物(人参 じゃが芋 玉葱) 味噌汁(人参 玉葱 おつゆ麩) 	お菓子 番茶
8	月	せんべい 番茶	ごはん 魚の照り焼き 炒め煮(人参 玉葱 ひじき さつま芋) 味噌汁(人参 玉葱 南瓜)	ミニどら焼き クッキー 牛乳
9	火	ビスケット 番茶	ごはん ハンバーグ(豚挽肉 パン粉) サラダ(キャベツ 人参 マカロニ マヨドレ) スープ(人参 玉葱 豆腐)	ミニデザートゼリー せんべい 牛乳
10	水	あられ 番茶	ごはん 卵焼き(卵 スキムミルク) 和え物(人参 じゃが芋 玉葱) 味噌汁(人参 玉葱 おつゆ麩)	超熟ロール 牛乳
11	木	バナナ 番茶	ごはん 煮魚 サラダ(人参 さつま芋 胡瓜 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉葱 豆腐)	フレンズスイーツ 牛乳
12	金	せんべい 番茶	ごはん ミートボール煮(鶏挽肉 パン粉) 和え物(人参 ブロッコリー 南瓜) 味噌汁(人参 玉葱 おつゆ麩)	ボーロ 牛乳 
13	土	ウエハース 番茶	ごはん 豆腐ステーキ スパゲティ煮(スパゲティ 豚挽肉 人参玉葱) 味噌汁(人参 玉葱 じゃが芋)	お菓子 番茶
16	火	ビスケット 番茶	ごはん 豆腐あんかけ(豆腐 豚挽肉 人参 玉葱) 和え物(人参 もやし 小松菜 納豆) 味噌汁(人参 玉葱 豆腐 わかめ)	バームクーヘン せんべい 牛乳
17	水	クッキー 番茶	ごはん オムレツ(卵 チーズ スキムミルク) 煮物(じゃが芋 人参 ツナ 玉葱) 味噌汁(人参 玉葱 おつゆ麩)	バナナ ウエハース 牛乳
18	木	せんべい 番茶	ごはん ミートボール煮(鶏挽肉 パン粉) 和え物(ブロッコリー 人参 じゃが芋) 味噌汁(人参 玉葱 豆腐 わかめ)	さくらんぼゼリー クッキー 牛乳
19	金	カステラ 番茶	ごはん 煮魚 サラダ(スパゲティ 玉葱 人参 黄ピーマン マヨドレ) スープ(人参 玉葱 さつま芋 わかめ)	カスタードワッフル 牛乳
20	土	ボーロ 番茶	ごはん 豆腐のあんかけ 和え物(人参 キャベツ じゃが芋) 味噌汁(人参 玉葱 おつゆ麩) バナナ	お菓子 番茶
22	月	ウエハース 番茶	ごはん 魚の照り焼き 炒め煮(人参 玉葱 ひじき さつま芋) 味噌汁(人参 玉葱 南瓜)	レモンムース クッキー 牛乳
23	火	せんべい 番茶	ごはん 煮魚 サラダ(人参 さつま芋 胡瓜 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉葱 豆腐)	バームクーヘン せんべい 牛乳
24	水	バナナ 番茶	ごはん ハンバーグ(豚挽肉 パン粉) サラダ(キャベツ 人参 マカロニ マヨドレ) スープ(人参 玉葱 豆腐)	ミニどら焼き クッキー 牛乳
25	木	ビスケット 番茶	ごはん 卵焼き(卵 スキムミルク) 和え物(人参 じゃが芋 玉葱) 味噌汁(人参 玉葱 おつゆ麩)	超熟ロール 牛乳
26	金	カステラ 番茶	ごはん ミートボール煮(鶏挽肉 パン粉) 和え物(人参 ブロッコリー 南瓜) 味噌汁(人参 玉葱 おつゆ麩)	ボーロ 牛乳
27	土	クッキー 番茶	ごはん 魚のゆかり焼 煮物(人参 じゃが芋 玉葱) 味噌汁(人参 玉葱 白菜) 	お菓子 番茶
29	月	せんべい 番茶	ごはん 魚の照り焼き(鮭) サラダ(マカロニ 人参 胡瓜 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉葱 南瓜)	フレンズスイーツ 牛乳
30	火	ウエハース 番茶	ごはん ハンバーグ(豚挽肉 木綿豆腐 パン粉) 和え物(人参 キャベツ さつま芋 ツナ) 味噌汁(人参 玉葱 おつゆ麩)	ゼリー カステラ 牛乳
31	水	ボーロ 番茶	ごはん 豆腐ステーキ 煮物(人参 玉葱 切干大根 鶏挽肉) 味噌汁(人参 玉葱 じゃが芋)	バナナ せんべい 牛乳

※1歳からおやつがスタートします。0歳児は離乳食の進具合や食事内容を検討しながら、おやつ内容や量を決めていきますので、献立予定表の限りではありません。マヨドレは卵不使用のマヨネーズ仕様調味料です魚はカレイと鮭を使用します。鮭使用の献立は記載しています。また、材料の都合により献立内容を変更することがあります。