

# 献立表 7月

	もくもく(7・8ヶ月)	かみかみ(9~11ヶ月)
2月	おかゆ そぼろ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・じゃがいも・ブロッコリー) やわらか煮(きゅうり・レタス・人参)	軟飯 そぼろ煮 やわらか煮
3火	おかゆ かぼちゃおやき(かぼちゃ・しらす) 納豆和え(ひきわり納豆・小松菜・人参) みそ汁(玉ねぎ・わかめ)	軟飯 かぼちゃおやき 納豆和え みそ汁
4水	おかゆ くずたき(鶏むね肉) マカロニのやわらか煮(マカロニ・キャベツ・きゅうり・人参) みそ汁(じゃが芋・大根・豆腐)	軟飯 くずたき マカロニのやわらか煮 みそ汁
5木	おかゆ 肉じゃが(鶏むね肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・いんげん) しらすあんかけ煮(シラス・きゅうり・にんじん) トマト	軟飯 肉じゃが しらすあんかけ煮 トマト
6金	おかゆ ウインナー(鶏ひき肉・玉ねぎ) やわらか煮(人参・きゅうり・レタス) 天の川スープ(人参・そうめん・オクラ・麩)	軟飯 ウインナー やわらか煮 天の川スープ
7土	煮込みうどん(うどん・麩・人参・キャベツ) チーズ	煮込みうどん チーズ
9月	おかゆ トマト煮(鶏むね肉・トマト・玉ねぎ・じゃがいも・いんげん) やわらか煮(きゅうり・レタス・人参) パナナ	軟飯 トマト煮 やわらか煮 パナナ
10火	おかゆ 松風焼き(鶏ひき肉・玉ねぎ) 煮野菜(トマト・きゅうり) なすそうめん(なす・そうめん)	軟飯 松風焼き 煮野菜 なすそうめん
11水	おかゆ 煮魚(白身魚) ポテトサラダ(じゃが芋・きゅうり・人参) みそ汁(豆腐・わかめ・麩)	軟飯 煮魚 ポテトサラダ みそ汁
12木	おかゆ 大豆の煮物(大豆・人参・麩・高野豆腐・ブロッコリー) しらすのやわらか煮(シラス・キャベツ・小松菜・人参) オレンジ	軟飯 大豆の煮物 しらすのやわらか煮 オレンジ
13金	食パン じゃがいもおやき(じゃが芋・鶏ひき肉) ツナのやわらか煮(ツナ・キャベツ・きゅうり・人参)	食パン じゃがいもおやき ツナのやわらか煮
14土	煮込みそうめん(そうめん・麩・キャベツ・もやし・人参) チーズ	煮込みそうめん チーズ
16月	海の日	
17火	おかゆ 鶏団子スープ(鶏ひき肉・玉ねぎ・にんじん・キャベツ) さつまいもサラダ(さつまいも・ブロッコリー) パナナ	軟飯 鶏団子スープ さつまいもサラダ パナナ
18水	おかゆ 豆腐のあんかけ煮(豆腐・ひじき・人参・ブロッコリー) 煮野菜(さつまいも・人参) スープ(麩・わかめ)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 煮野菜 スープ
19木	おかゆ 魚のみそ煮(白身魚) やわらか煮(レタス・きゅうり・人参) すまし汁(豆腐・人参)	軟飯 魚のみそ煮 やわらか煮 すまし汁
20金	おかゆ くずたき(鶏むね肉) ブロッコリーの粉チーズ和え(ブロッコリー) スープ(豆腐・にんじん)	軟飯 くずたき ブロッコリーの粉チーズ和え スープ
21土	煮込みうどん(うどん・人参・麩・わかめ) チーズ	煮込みうどん チーズ
23月	おかゆ 魚の野菜あんかけ煮(白身魚・キャベツ) ツナのやわらか煮(ツナ・きゅうり・人参) すまし汁(豆腐・わかめ)	軟飯 魚の野菜あんかけ煮 ツナのやわらか煮 すまし汁
24火	おかゆ 鶏団子煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・にんじん・大根) さつまいもの茶巾しぼり(さつまいも・にんじん)	軟飯 鶏団子煮 さつまいもの茶巾しぼり
25水	おかゆ ウインナー(鶏ひき肉・玉ねぎ) 金時豆煮(いんげんまめきんとん) スープ(小松菜・にんじん・麩)	軟飯 ウインナー 金時豆煮 スープ
26木	おかゆ そぼろ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・じゃが芋・小松菜) 春雨のやわらか煮(春雨・キャベツ・人参・きゅうり)	軟飯 そぼろ煮 春雨のやわらか煮
27金	おかゆ トマトスープ(トマト・鶏むね肉・玉ねぎ・じゃが芋) ブロッコリーのしらす煮(ブロッコリー・しらす) オレンジ	軟飯 くずたき やわらか煮 スープ
28土	スパスープ(スパゲティ・玉ねぎ・人参・ピーマン) チーズ	スパスープ チーズ
30月	おかゆ マーボー豆腐(鶏ひき肉・豆腐・人参・ピーマン) 春雨のやわらか煮(春雨・きゅうり・人参)	軟飯 マーボ豆腐 春雨のやわらか煮
31火	おかゆ くずたき(鶏むね肉) かぼちゃサラダ(かぼちゃ・きゅうり) みそ汁(豆腐・わかめ・人参)	軟飯 くずたき かぼちゃサラダ みそ汁