

もぐもぐ☆かみかみだより 8月

	もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9～11ヶ月)	かみ食 おやつ
1 木	おかゆ ポテトサラダ(じゃが芋 きゅうり 人参) ミネストローネ(キャベツ 玉ねぎ 人参 ささ身 トマト)	軟飯 ポテトサラダ ミネストローネ	蒸しパン
2 金	おかゆ かぼちゃそぼろ煮(かぼちゃ 鶏ひき肉) 冬瓜スープ(冬瓜 人参 玉ねぎ)	軟飯 かぼちゃそぼろ煮 冬瓜スープ	せんべい
3 土	煮込みうどん(うどん 人参 玉ねぎ ふ ささ身)	煮込みうどん	
5 月	おかゆ マーボー豆腐(豆腐 鶏ひき肉 人参 ピーマン) かぼちゃサラダ(かぼちゃ きゅうり チーズ)	軟飯 マーボー豆腐 かぼちゃサラダ	豆乳もち
6 火	おかゆ おやき(じゃが芋 玉ねぎ しらす 人参) みそ汁(豆腐 玉ねぎ わかめ)	軟飯 おやき みそ汁	ビスケット
7 水	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 人参 玉ねぎ) そうめん汁(そうめん 人参 わかめ)	軟飯 魚のあんかけ煮 そうめん汁	せんべい
8 木	おかゆ 煮豆(大豆 人参 さつま芋) 野菜のあんかけ煮(人参 玉ねぎ かぼちゃ ささ身)	軟飯 煮豆 野菜のあんかけ煮	ヨーグルト
9 金	おかゆ そぼろ煮(大根 人参 鶏ひき肉) くずに(キャベツ きゅうり しらす)	軟飯 そぼろ煮 くずに	せんべい
10 土	スープスパ(スパゲッティ 人参 玉ねぎ ブロッコリー ささ身)	スープスパ	
17 土	煮込みうどん(うどん 人参 玉ねぎ ふ)	煮込みうどん	
19 月	おかゆ 豆腐のあんかけ煮(さつま芋 人参 玉ねぎ 豆腐) チーズ和え(ブロッコリー 人参 チーズ)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 チーズ和え	ヨーグルト
20 火	パン クリーム煮(キャベツ 人参 玉ねぎ チーズ) ハンバーグ(鶏ひき肉 玉ねぎ)	パン クリーム煮 ハンバーグ	せんべい
21 水	おかゆ 大根の煮物(大根 人参 玉ねぎ ささ身 ふ) みそ汁(豆腐 人参 わかめ)	軟飯 大根の煮物 みそ汁	ステックケーキ
22 木	おかゆ 野菜スープ(人参 玉ねぎ ブロッコリー むね肉) ポテトサラダ(じゃが芋 きゅうり 人参)	軟飯 野菜スープ ポテトサラダ	スイートポテト
23 金	おかゆ しらす和え(ブロッコリー 人参 しらす) 豆腐のあんかけ煮(豆腐 人参 玉ねぎ 小松菜 さつま芋)	軟飯 しらす和え 豆腐のあんかけ煮	ビスケット
24 土	あんかけうどん(うどん 人参 玉ねぎ ささみ)	あんかけうどん	
26 月	おかゆ みそ汁(大根 人参 わかめ) ミートソースがけ(鶏ひき肉 玉ねぎ トマト かぼちゃ なす)	軟飯 みそ汁 ミートソースがけ	せんべい
27 火	おかゆ 豆腐ハンバーグ(豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ) 野菜スープ(人参 じゃが芋 玉ねぎ ブロッコリー)	軟飯 豆腐ハンバーグ 野菜スープ	マフィン
28 水	おかゆ 冬瓜煮(冬瓜 人参 ふ ささみ いんげん) ポテトサラダ(じゃが芋 きゅうり 人参)	軟飯 冬瓜煮 ポテトサラダ	パン
29 木	おかゆ チーズ和え(ブロッコリー 人参) ささみのあんかけ煮(ささみ じゃが芋 人参 玉ねぎ ふ)	軟飯 ささみのあんかけ煮 チーズ和え	せんべい
30 金	おかゆ 肉団子スープ(鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー) さつまいもサラダ(さつま芋 きゅうり 人参)	軟飯 肉団子スープ さつまいもサラダ	ヨーグルト
31 土	煮込みうどん(うどん キャベツ 人参 玉ねぎ ささみ)	煮込みうどん	