

もぐもぐ☆かみかみだより 7月

		もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9～11ヶ月)	かみ食 おやつ
1	水	おかゆ ふの煮物(ふ 人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜) 野菜のあんかけ煮(人参 きゅうり おくら しらす)	軟飯 ふの煮物 野菜のあんかけ煮	マフィン
2	木	おかゆ みそ汁(豆腐 人参 玉ねぎ) 野菜のあんかけ煮(さつま芋 玉ねぎ 人参 わかめ しらす)	軟飯 野菜のあんかけ煮 みそ汁	スティックケーキ
3	金	おかゆ ささ身のあんかけ煮(ささ身 人参 じゃが芋 玉ねぎ) 大根スープ(大根 人参 玉ねぎ)	軟飯 ささ身のあんかけ煮 大根スープ	せんべい
4	土	おかゆ さつま汁(さつま芋 大根 人参 豆腐)	軟飯 さつま汁	
6	月	おかゆ ミートボールスープ(鶏ひき肉 豆腐 人参 小松菜) さつまいもサラダ(さつま芋 人参 きゅうり チーズ)	軟飯 ミートボールスープ さつまいもサラダ	マフィン
7	火	おかゆ そうめん汁(そうめん 人参 玉ねぎ) 魚のあんかけ煮(白身魚 キャベツ ブロッコリー 人参)	軟飯 そうめん汁 魚のあんかけ煮	スイートポテト
8	水	おかゆ 豆腐のあんかけ煮(豆腐 人参 じゃが芋 玉ねぎ) ミルク煮(キャベツ 人参 ブロッコリー チーズ)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 ミルク煮	せんべい
9	木	おかゆ クリームシチュー(玉ねぎ さつまいも ブロッコリー) しらすのあんかけ煮(しらす わかめ きゅうり)	軟飯 クリームシチュー しらすのあんかけ煮	ビスケット
10	金	おかゆ ハンバーグ(鶏ひき肉 人参 玉ねぎ きゅうり) みそ汁(かぼちゃ 玉ねぎ わかめ)	軟飯 ハンバーグ みそ汁	パン
11	土	スパスープ(スパゲティ 玉ねぎ 人参 ブロッコリー)	スパスープ	
13	月	おかゆ ささ身のあんかけ煮(ささ身 人参 キャベツ 玉ねぎ) みそ汁(小松菜 人参 ふ)	軟飯 ささ身のあんかけ煮 みそ汁	マフィン
14	火	おかゆ そぼろ煮(鶏ひき肉 玉ねぎ かぼちゃ) やわらか煮(キャベツ 人参 きゅうり)	軟飯 そぼろ煮 やわらか煮	せんべい
15	水	おかゆ みそ汁(わかめ 玉ねぎ じゃが芋) 野菜のあんかけ煮(しらす 玉ねぎ 人参 いら)	軟飯 野菜のあんかけ煮 みそ汁	パン
16	木	おかゆ マーボー豆腐(鶏ひき肉 豆腐 人参 ビーマン ねぎ) かぼちゃサラダ(かぼちゃ きゅうり)	軟飯 マーボー豆腐 かぼちゃサラダ	ビスケット
17	金	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 人参 玉ねぎ) みそ汁(キャベツ 人参 じゃが芋)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	せんべい
18	土	うどん(人参 玉ねぎ ふ うどん)	うどん	
20	月	パン 人参ポターージュ(人参 玉ねぎ じゃが芋) ミートローフ(鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ)	パン 人参ポターージュ ミートローフ	せんべい
21	火	おかゆ やわらか煮(キャベツ きゅうり 人参) そぼろ煮(鶏ひき肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 いんげん)	軟飯 そぼろ煮 やわらか煮	スティックケーキ
22	水	おかゆ 松風焼き(とりひき肉 玉ねぎ ねぎ) みそ汁(じゃが芋 人参 わかめ)	軟飯 松風焼き みそ汁	せんべい
25	土	煮込みうどん(うどん 人参 玉ねぎ キャベツ)	煮込みうどん	
27	月	おかゆ ふの煮物(ふ 人参 ねぎ じゃが芋 豆腐) やわらか煮(小松菜 キャベツ 人参)	軟飯 ふの煮物 やわらか煮	パン
28	火	おかゆ みそ汁(大根 人参 わかめ) ささ身のあんかけ煮(ささ身 人参 玉ねぎ ブロッコリー)	軟飯 ささ身のあんかけ煮 みそ汁	せんべい
29	水	おかゆ トマト煮(トマト なす かぼちゃ 玉ねぎ) ポトフ(人参 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 鶏ひき肉)	軟飯 トマト煮 ポトフ	よもぎいり 蒸しパン
30	木	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 人参 きゅうり) みそ汁(大根 人参 豆腐 じゃが芋)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ビスケット
31	金	おかゆ やわらか煮(鶏肉 キャベツ 人参 ブロッコリー) かぼちゃポターージュ(かぼちゃ 玉ねぎ)	軟飯 やわらか煮 かぼちゃポターージュ	スイートポテト