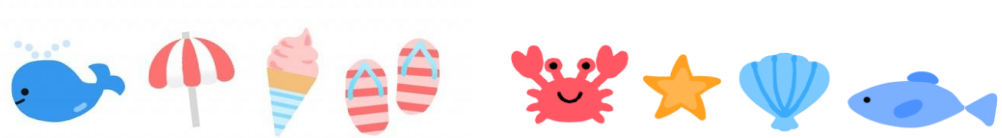
もぐもぐ☆かみかみだより　8月

		もぐもぐ・かみかみ食		かみ食 おやつ
1	金	おかゆ （軟飯）	肉じゃが（鶏ひき肉　じゃが芋　にんじん　玉ねぎ　だし　しょうゆ） 野菜あんかけ煮（にんじん　きゅうり　ブロッコリー　だし　しょうゆ　片栗粉）	ミルク せんべい
2	土	おかゆ （軟飯）	あんかけ煮（鶏ひき肉　キャベツ　玉ねぎ　にんじん　じゃが芋　ブロッコリー　だし　しょうゆ　片栗粉）	
4	月	おかゆ （軟飯）	マーボー豆腐（鶏ひき肉　にんじん　ピーマン　ねぎ　豆腐　だし　みそ　片栗粉） しらす和え（にんじん　きゅうり　しらす　片栗粉）	ミルク せんべい
5	火	おかゆ （軟飯）	肉団子スープ（鶏ひき肉　パン粉　玉ねぎ　にんじん　じゃが芋　キャベツ　トマト　しょうゆ） かぼちゃのクリーム煮（かぼちゃ　にんじん　みそ　豆乳）	ミルク せんべい
6	水	おかゆ （軟飯）	ふの煮物（ふ　にんじん　たまねぎ　豆腐　だし　しょうゆ　） 白身魚のあんかけ煮（白身魚　にんじん　ブロッコリー　しょうゆ　片栗粉）	ミルク スティックケーキ
7	木	おかゆ （軟飯）	野菜スープ（にんじん　玉ねぎ　じゃが芋　ほうれん草　だし　しょうゆ） あんかけハンバーグ（鶏ひき肉　玉ねぎ　パン粉　にんじん　ブロッコリー　しょうゆ　片栗粉）	ミルク せんべい
8	金	おかゆ （軟飯）	かぼちゃのみそ汁（かぼちゃ　にんじん　玉ねぎ　ふ　わかめ　だし　みそ） しらすあんかけ煮（しらす　にんじん　キャベツ　片栗粉）	ミルク せんべい
9	土	おかゆ （軟飯）	みそ煮（鶏ひき肉　にんじん　玉ねぎ　キャベツ　じゃが芋　ふ　だし　みそ）	
12	水	おかゆ （軟飯）	おやき（鶏ひき肉　じゃが芋　にんじん　たまねぎ） すまし汁（にんじん　だいこん　ねぎ　とうふ　だし　しょうゆ）	ミルク せんべい
18	月	おかゆ （軟飯）	肉団子煮（鶏ひき肉　パン粉　にんじん　たまねぎ　キャベツ　しょうゆ） 野菜あんかけ煮（にんじん　きゅうり　ブロッコリー　しょうゆ　片栗粉）	ミルク せんべい
19	火	おかゆ （軟飯）	トマトスープ（鶏ひき肉　トマト　にんじん　玉ねぎ　じゃが芋　だし　しょうゆ） やわらか煮（にんじん　きゅうり　キャベツ　だし　しょうゆ）	ミルク せんべい
20	水	おかゆ （軟飯）	豆腐のすまし汁（にんじん　たまねぎ　じゃがいも　とうふ　だし　しょうゆ） 磯和え（しらす　にんじん　きゅうり　わかめ　片栗粉）	ミルク スティックケーキ
21	木	おかゆ （軟飯）	磯煮（にんじん　大根　じゃが芋　わかめ　ふ　だし　しょうゆ） 白身魚のあんかけ煮（白身魚　にんじん　ブロッコリー　しょうゆ　片栗粉）	ミルク せんべい
22	金	おかゆ （軟飯）	豆腐のあんかけ煮（豆腐　にんじん　たまねぎ　チンゲン菜　だし　しょうゆ　片栗粉） かぼちゃのそぼろ煮（鶏ひき肉　かぼちゃ　だし　しょうゆ　片栗粉）	ミルク せんべい
23	土	おかゆ （軟飯）	さつま汁（鶏ひき肉　さつまいも　にんじん　だいこん　豆腐　だし　みそ）	
25	月	おかゆ （軟飯）	かぼちゃのポタージュ（鶏むね肉　にんじん　たまねぎ　かぼちゃ　豆乳　米粉） 野菜のやわらか煮（にんじん　キャベツ　きゅうり　ブロッコリー　だし　しょうゆ）	ミルク せんべい
26	火	おかゆ （軟飯）	鶏野菜スープ（鶏ひき肉　にんじん　さつまいも　キャベツ　ブロッコリー　だし　しょうゆ） しらす煮（しらす　にんじん　きゅうり　片栗粉）	ミルク せんべい
27	水	おかゆ （軟飯）	とうがん煮（鶏ひき肉　とうがん　にんじん　いんげん　だし　しょうゆ） ポテトサラダ（にんじん　きゅうり　じゃが芋　豆乳）	ミルク スティックケーキ
28	木	おかゆ （軟飯）	ほうれん草のスープ（にんじん　玉ねぎ　ほうれん草　豆腐　だし　しょうゆ） あんかけハンバーグ（鶏ひき肉　玉ねぎ　パン粉　にんじん　ブロッコリー　しょうゆ　片栗粉）	ミルク せんべい
29	金	おかゆ （軟飯）	白身魚あんかけ煮（白身魚　にんじん　キャベツ　しょうゆ　片栗粉） じゃが芋のみそ汁（にんじん　玉ねぎ　じゃが芋　わかめ　だし　みそ）	ミルク せんべい
30	土	おかゆ （軟飯）	そぼろ煮（鶏ひき肉　にんじん　玉ねぎ　じゃが芋　ねぎ　ふ　だし　しょうゆ　片栗粉）