

## 7月 献立表 離乳食(後期)

2024年 7月

北浦こども園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1月	全粥 豚ひき肉となすのとろとろ煮 コーンスープ	◎乳児菓子 ◎ミルク(離乳食)	豚ひき肉、スキムミルク	しょうがおろし汁、なす、長ねぎ、にんじん、コーン缶	うるち米、かたくり粉、ごま油、上白糖	水、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、米みそ、食塩
2火	パン粥 かじきのクリームコーン煮 スープ(キャベツ・たまねぎ・ねぎ)	◎フルーツヨーグルト ◎ミルク(離乳食)	めかじき、プレーンヨーグルト、スキムミルク	コーン缶、キャベツ、たまねぎ、葉ねぎ、りんご、白桃缶、みかん缶	食パン、ごま油	水、かつお・昆布だし、食塩、こいくちしょうゆ
3水	全粥 鶏ささみの煮物 スープ(かぼちゃ・たまねぎ・ねぎ)	◎ミルク(離乳食) ◎蒸しパン	鶏ささみ、スキムミルク、卵、牛乳	ほうれんそう、にんじん、キャベツ、たまねぎ	うるち米、上白糖、かたくり粉、ホットケーキミックス	水、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、食塩
4木	全粥 ツナと野菜の味噌煮 スープ(チンゲン菜・豆腐・わかめ)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	ツナ缶、木綿豆腐	キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、カットわかめ	うるち米、上白糖、ごま油	水、米みそ、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、食塩
5金	七夕そうめん きゅうりとトマトのだし浸し	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん、コーン缶、きゅうり、トマト	そうめん、かたくり粉	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ
6土	全粥(にんじん・グリーンピース) 豆腐とキャベツの煮物 スープ(チンゲン菜・たまねぎ)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	木綿豆腐、スキムミルク	にんじん、グリーンピース、キャベツ、チンゲンサイ、たまねぎ	うるち米	水、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、食塩
8月	全粥 豆腐の味噌そぼろ煮 スープ(ほうれん草・たまねぎ・コーン)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	木綿豆腐、鶏ささみミンチ	たまねぎ、にんじん、なす、ほうれんそう、コーン缶	うるち米、かたくり粉、上白糖	水、かつお・昆布だし、米みそ、こいくちしょうゆ、食塩
9火	パン粥 鶏だんごと野菜のトマト煮 スープ(キャベツ・ほうれんそう・コーン)	◎ミルク(離乳食) ◎しらす粥	しらす	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、キャベツ、コーン缶	食パン、上白糖、うるち米	水、かつお・昆布だし、トマトピューレー、食塩、ミートボール、こいくちしょうゆ
10水	全粥 肉じゃが キャベツときゅうりのスープ	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	豚もも肉	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、コーン缶	うるち米、じゃがいも、上白糖	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ
11木	煮込みうどん チンゲン菜とにんじんのお浸し	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏ささみ、卵	乾燥わかめ、にんじん、チンゲンサイ	干しうどん	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、本みりん
12金	全粥 ツナと野菜のくずあんかけ 味噌汁(さつまいも・たまねぎ・わかめ)	◎ミルク(離乳食) ◎豆乳寒	ツナ缶、豆乳	にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、粉寒天、みかん缶	うるち米、上白糖、かたくり粉	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩
13土	煮込みうどん さつまいものレモン煮	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	豚もも肉	ほうれんそう、葉ねぎ、レモン	干しうどん、さつまいも、上白糖	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、本みりん、水、たまごボーロ

16	火	パン粥 鮭のバター煮 スープ(キャベツ・たまねぎ・にんじん)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	さけ	こまつな、キャベツ、にんじん、ほうれんそう	食パン、食塩不使用バター	水、食塩、こしょう、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、たまごボーロ
17	水	つくねのせ粥(全粥) 野菜のツナトマト煮 すまし汁(豆腐・チンゲン菜・えのき)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏ささみミンチ、ツナ缶、木綿豆腐	たまねぎ、にんじん、さやいんげん、チンゲンサイ、えのきたけ	うるち米、かたくり粉、上白糖、炒め油	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、トマトピューレー、食塩、たまごボーロ
18	木	トマトと野菜のスープスパゲティー 小松菜のツナ和え	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏ひき肉、ツナ缶	トマト、たまねぎ、青ピーマン、こまつな	スパゲッティ、炒め油、食塩不使用バター	かつお・昆布だし、トマトピューレー、ウスターソース、こいくちしょうゆ、たまごボーロ
19	金	全粥 ホキのつや煮 スープ(大根・にんじん・わかめ)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	ホキ	かぼちゃ、たまねぎ、だいこん、にんじん、カットわかめ	うるち米、上白糖、かたくり粉	水、昆布だし、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、食塩、たまごボーロ
20	土	鶏と野菜のうどん みかん缶詰	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏ささみ	キャベツ、にんじん、みかん缶	かたくり粉	干しうどん、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、たまごボーロ
22	月	全粥 あじのみそ焼き すまし汁(豆腐・たまねぎ・にんじん)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	あじ、木綿豆腐	たまねぎ、にんじん	うるち米、上白糖	水、米みそ、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩、たまごボーロ
23	火	パン粥 鶏ささみと野菜の煮物 スープ(大根・たまねぎ・わかめ)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、だいこん、カットわかめ	食パン、かたくり粉、上白糖、ごま油	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩、たまごボーロ
24	水	全粥 豚肉と野菜の煮物 すまし汁(豆腐・かぼちゃ・わかめ)	◎ミルク(離乳食) ◎きなこマカロニ	豚ひき肉、木綿豆腐、きな粉	にんじん、ほうれんそう、かぼちゃ、カットわかめ	うるち米、かたくり粉、上白糖、マカロニ	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩
25	木	全粥 ささみのくず煮(後期) 味噌汁(じゃがいも・たまねぎ・ほうれん草)	◎ミルク(離乳食) ◎オレンジゼリー	鶏ささみ	たまねぎ、ほうれんそう、オレンジジュース、粉寒天	うるち米、かたくり粉、上白糖、じゃがいも	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、米みそ
26	金	全粥 白身魚と野菜の照り煮 味噌汁(オクラ・たまねぎ)	◎ミルク(離乳食) ◎全粥(さつまいも)	すずき	たまねぎ、赤パプリカ、黄パプリカ、にんじん、オクラ	うるち米、上白糖、かたくり粉、さつまいも	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、米みそ
27	土	全粥 豚ひき肉とかぼちゃの煮物 バナナヨーグルト	◎乳児菓子	豚ひき肉、プレーンヨーグルト	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、バナナ	うるち米、じゃがいも、上白糖	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、たまごボーロ
29	月	粒コーン粥(全粥) ツナと大根の煮物 スープ(えのき・玉子・にら)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	ツナ缶、卵	コーン缶、だいこん、えのきたけ、にら	うるち米、かたくり粉、ごま油	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩、たまごボーロ
30	火	パン粥 豆腐とひき肉のとろみ煮 ミネストローネ(マカロニ)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	木綿豆腐、鶏ささみミンチ、ベーコン	たまねぎ、にんじん、セロリ、ホールトマト缶	食パン、かたくり粉、上白糖、マカロニ、炒め油	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩、たまごボーロ
31	水	全粥 親子煮 スープ(きゃべつ・きゅうり)	◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	卵、鶏ひき肉	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり	うるち米、上白糖、かたくり粉	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、本みりん、食塩、たまごボーロ