

令和6年 7月分9~11ヵ月（パクパク期）



日付	献立表	主食	おやつ		材料名		
			午前	午後	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1月	豚肉の甘辛煮 マカロニサラダ みそ汁	五倍粥 ～軟飯	お野菜せんべい	栗かぼちゃと さつまいもの クッキー	・おかゆ・マカロ ニ ・お野菜せんべい ・栗かぼちゃとさつまいもの クッキー	・豚肉	・ねぎ・玉ねぎ・人参 ・きゅうり・もやし・にら
2火	鶏肉のうま煮 小松菜和え物 みそ汁 バナナ	五倍粥 ～軟飯	ウエハース	ほうれん草と 小松菜の ビスケット	・おかゆ ・ウエハース ・ほうれん草と小松菜のビスケット	・鶏肉 ・豆腐	・玉ねぎ・人参・小松菜 ・わかめ・バナナ
3水	トマト肉じゃが ほうれん草和え物 みそ汁	五倍粥 ～軟飯	ハイハイ	お野菜すなっく	・おかゆ・じゃがいも ・ハイハイ ・お野菜すなっく	・豚肉	・玉ねぎ・人参・トマト ・ほうれん草・もやし ・ねぎ
4木 18	うどん かぼちゃサラダ 高野豆腐煮物 かぼちゃサラダ みそ汁 バナナ	うどん 五倍粥 ～軟飯	小魚せんべい	マンナビスケット	・うどん ・おかゆ ・小魚せんべい ・マンナビスケット	・豚肉 ・高野豆腐	・人参・玉ねぎ・ほうれん 草 ・ねぎ・キャベツ ・かぼちゃ・フロッコリー ・バナナ
5金 19	セタハンバーグ 人参グラッセ 豆腐あんかけ 人参グラッセ みそ汁	五倍粥 ～軟飯	ひじきせんべい	動物ビスケット	・おかゆ ・じゃがいも ・ひじきせんべい ・動物ビスケット	・ひき肉 ・豆腐	・玉ねぎ ・人参 ・ニラ
6土 20	スパゲティ チーズポテト バナナ	スパゲ ティ	ヨーグルト	せんべい	・スパゲティ ・せんべい ・じゃがいも	・ヨーグルト ・チーズ ・ひき肉	・人参 ・玉ねぎ ・バナナ
8月 22	鶏肉のトマト煮 人参きんぴら みそ汁 バナナ	五倍粥 ～軟飯	お野菜せんべい	栗かぼちゃと さつまいもの クッキー	・おかゆ・麩 ・お野菜せんべい ・栗かぼちゃとさつまいものクッキー	・鶏肉	・トマト・玉ねぎ ・人参・小松菜 ・ひじき・バナナ
9火 23	高野豆腐のうま煮 ポテトサラダ みそ汁	五倍粥 ～軟飯	ウエハース	いももち	・おかゆ ・じゃがいも ・ウエハース	・高野豆腐	・人参・きゅうり ・わかめ・しめじ ・玉ねぎ
10水 24	豆腐ハンバーグ しらす和え みそ汁	五倍粥 ～軟飯	ひじきせんべい	動物ビスケット	・おかゆ・さつまいも ・ひじきせんべい ・動物ビスケット	・豆腐 ・ひき肉 ・しらす	・玉ねぎ・ひじき ・小松菜・人参
11木 25	豚肉と野菜のあんかけ 春雨サラダ みそ汁	五倍粥 ～軟飯	小魚せんべい	ほうれん草と 小松菜の ビスケット	・おかゆ・春雨 ・小魚せんべい ・ほうれん草と小松菜のビスケット	・豚肉	・人参・しいたけ・えのき ・キャベツ・もやし ・きゅうり・ほうれん草
12金 26	野菜のそぼろ煮 しらすと人参和え物 みそ汁	五倍粥 ～軟飯	ハイハイ	マンナビスケッ ト	・おかゆ・じゃがいも ・ハイハイ・麩 ・マンナビスケット	・ひき肉 ・しらす	・人参・玉ねぎ
13土 27	そうめん チーズポテト バナナ	そうめん	ヨーグルト	せんべい	・そうめん ・じゃがいも ・せんべい	・チーズ ・ヨーグルト	・きゅうり ・わかめ ・トマト・バナナ
16月 29	豚肉の甘辛煮 小松菜和え物 みそ汁	五倍粥 ～軟飯	ひじきせんべい	動物ビスケット	・おかゆ ・ひじきせんべい ・動物ビスケット	・豚肉	・玉ねぎ・人参 ・小松菜 ・わかめ
16火 30	鶏肉のうま煮 納豆和え みそ汁 バナナ	五倍粥 ～軟飯	ハイハイ	栗かぼちゃと さつまいもの クッキー	・おかゆ ・ハイハイ ・栗かぼちゃとさつまいものクッキー	・鶏肉 ・納豆 ・豆腐	・もやし・人参 ・にら ・バナナ
17水 31	豚肉の炒め煮 じゃが芋とツナの煮物 みそ汁	五倍粥 ～軟飯	お野菜せんべい	豆乳もち	・おかゆ ・じゃがいも ・お野菜せんべい	・豚肉 ・ツナ ・豆乳・きなこ	・玉ねぎ・人参 ・もやし

※5日（金）は保育参加です。