

令和6年 7月分 7・8ヵ月（モグモグ期）



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	七倍粥			・おかゆ ・マカロニ	・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	七倍粥			・おかゆ	・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	七倍粥			・おかゆ・じゃがいも	・豚肉	・玉ねぎ・人参・トマト ・ほうれん草・もやし ・ねぎ
4 木	うどん かぼちゃサラダ 高野豆腐煮物 かぼちゃサラダ	うどん 七倍粥			・うどん ・おかゆ	・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・ブロッコリー ・バナナ
5 金	七タハンバーグ 人参グラッセ 豆腐あんかけ 人参グラッセ	七倍粥			・おかゆ ・じゃがいも	・ひき肉 ・豆腐	・玉ねぎ ・人参 ・にら
6 土	スパゲティ チーズポテト バナナ	スパゲティ			・スパゲティ ・じゃがいも	・チーズ ・ひき肉	・人参 ・玉ねぎ ・バナナ
8 月	鶏肉のトマト煮 人参きんぴら みそ汁	七倍粥			・おかゆ・麩	・鶏肉	・トマト・玉ねぎ ・人参・小松菜 ・ひじき・バナナ
9 火	高野豆腐のうま煮 ポテトサラダ みそ汁	七倍粥			・おかゆ ・じゃがいも	・高野豆腐	・人参・きゅうり ・わかめ・しめじ ・玉ねぎ
10 水	豆腐ハンバーグ しらす和え みそ汁	七倍粥			・おかゆ ・さつまいも	・豆腐 ・ひき肉 ・しらす	・玉ねぎ・ひじき ・小松菜・人参
11 木	豚肉と野菜のあんかけ 春雨サラダ みそ汁	七倍粥			・おかゆ ・春雨	・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	野菜のそぼろ煮 しらすと人参和え物 みそ汁	七倍粥			・おかゆ・じゃがいも ・麩	・ひき肉 ・しらす	・人参・玉ねぎ
13 土	そうめん チーズポテト バナナ	そうめん			・そうめん ・じゃがいも	・チーズ	・きゅうり ・わかめ ・トマト・バナナ
16 月	豚肉の甘辛煮 小松菜和え物 みそ汁	七倍粥			・おかゆ	・豚肉	・玉ねぎ・人参 ・小松菜 ・わかめ
16 火	鶏肉のうま煮 納豆和え みそ汁	七倍粥			・おかゆ	・鶏肉 ・納豆 ・豆腐	・もやし・人参 ・にら ・バナナ
17 水	豚肉の炒め煮 じゃが芋とツナの煮物 みそ汁	七倍粥			・おかゆ ・じゃがいも	・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。