

令和7年 6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
2月	鶏肉の甘辛煮 スパゲティーサラダ みそ汁 バナナ	七倍粥	/	/	・おかゆ ・麩 ・スパゲティー	・鶏肉	・きゅうり・さつまいも ・にんじん・バナナ ・小松菜・アスパラ
3月 17日	じゃが芋そぼろあんかけ ひじき炒め みそ汁	七倍粥	/	/	・おかゆ ・じゃがいも	・豚ひき肉 ・豆腐	・玉ねぎ ・ひじき ・にんじん
4月 18日	豚肉のうま煮 春雨サラダ みそ汁	七倍粥	/	/	・おかゆ ・春雨	・豚肉	・にんじん・きゅうり ・玉ねぎ・わかめ ・もやし
5月 19日	鮭のムニエル ポテトソテー みそ汁	七倍粥	/	/	・おかゆ ・じゃがいも	・鮭	・ブロッコリー ・玉ねぎ ・キャベツ
6月 20日	豚肉と豆腐の炒め物 おかか和え みそ汁	七倍粥	/	/	・おかゆ ・じゃがいも	・豚肉 ・豆腐 ・かつお節	・玉ねぎ・きゅうり ・にんじん・えのき ・キャベツ・にら
7月 21日	煮込みうどん チーズポテト バナナ	うどん	/	/	・うどん ・じゃがいも	・鶏肉 ・粉チーズ	・ほうれん草 ・ねぎ ・バナナ
9月 23日	ハンバーグ ブロッコリーサラダ 野菜スープ	七倍粥	/	/	・おかゆ ・じゃがいも	・豚ひき肉 ・ツナ	・玉ねぎ ・ブロッコリー ・にんじん
10月 24日	鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ みそ汁	七倍粥	/	/	・おかゆ ・じゃがいも	・鶏肉	・玉ねぎ・きゅうり ・トマト・わかめ ・にんじん
11月 25日	豆腐チャンプルー しらす和え みそ汁 バナナ	七倍粥	/	/	・おかゆ	・豚肉 ・豆腐 ・しらす	・にんじん・ほうれん草 ・にら・バナナ ・もやし・大根
12月 26日	かつおのうま煮 小松菜の和え物 みそ汁 オレンジ	七倍粥	/	/	・おかゆ	・かつお ・豆腐	・ねぎ・オレンジ ・小松菜 ・にんじん
13月 27日	鶏肉と野菜の煮物 キャベツとわかめの和え物 みそ汁	七倍粥	/	/	・おかゆ ・じゃがいも ・麩	・鶏肉	・玉ねぎ・わかめ ・にんじん ・キャベツ
14月 28日	スパゲティー チーズポテト バナナ	スパゲティ	/	/	・スパゲティ ・じゃがいも	・豚ひき肉 ・粉チーズ	・玉ねぎ ・バナナ ・にんじん
16月 30日	豚肉の甘辛煮 にんじんしりしり みそ汁 バナナ	七倍粥	/	/	・おかゆ	・豚肉 ・ツナ	・にんじん・バナナ ・玉ねぎ ・さつまいも

※7日（土）は親子遠足です。



食中毒を
防ごう

温度・湿度も高くなる季節です。元気にこの時期を過ごすためにも、体調管理には気を付けていきたいですね。睡眠・食事など規則正しい生活を心がけましょう。
おいしく食事をいただくためには、食事が「安全・安心」であることが重要です。家庭でできる食中毒予防に努め、安心して食べることができるようにしましょう。