

月	火	水	木	金	土
<p>離乳食にも旬の夏野菜を使いましょう 冬瓜スープやおくらも種を取り除き茹でてつぶしてネバネバの食感を 楽しみましょう！ ゴーヤーも長く茹でると苦みも消えます。 トマトも皮と種を取り茹でて、酸味があるのでかわいい表情を 見せてくれますよ！</p> 		<p>1 お粥 煮魚 マカロニ煮込み チキンと野菜のスープ</p>	<p>2 お粥 チキンの柔らか煮 ゴーヤー煮込み パクチョイの味噌汁</p>	<p>3 お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁</p>	<p>4 お粥 煮奴 鶏そぼろ煮込み かつおだし汁</p>
		<p>鮭雑炊 すいか 米 白身魚 ズッキーニ 茄子 黄ピーマン マカロニ 胡瓜 ホールコーン缶 人参 鶏むね肉 大根 玉葱 すいか 鮭</p>	<p>野菜雑炊 芋と豆の煮込み 米 鶏もも肉 ゴーヤー 人参 玉葱 豚肉 パクチョイ かつお節 金時豆 さつま芋</p>	<p>野菜雑炊 パナナ 米 絹ごし豆腐 胡瓜 もやし トマト かつお節 南瓜 パナナ 玉葱 人参</p>	<p>野菜雑炊 ぶどう 米 絹ごし豆腐 鶏挽き肉 人参 玉葱 いんげん ぶどう</p>
<p>6 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p>	<p>7 のり粥 煮魚 野菜煮物 三色そうめん煮込み</p>	<p>8 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p>	<p>9 お粥 豚肉の柔らか煮 春雨と野菜の煮込み かつおだし汁</p>	<p>10 お粥 煮魚 納豆と野菜の煮込み 鶏と冬瓜の汁</p>	<p>11 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p>
<p>コーン雑炊 オレンジ 米 鶏もも肉 胡瓜 じゃが芋 人参 玉葱 かつお節 オレンジ ホールコーン缶</p>	<p>野菜雑炊 フルーツポンチ 米 鮭 胡瓜 人参 きざみのり 鶏もも肉 大根 ごぼう そうめん かつお節 オクラ ぶどう パナナ りんご</p>	<p>さつま芋雑炊 メロン 米 豚肉 玉葱 人参 かつお節 ピーマン 胡瓜 メロン さつま芋</p>	<p>野菜雑炊 りんご 米 豚肉 人参 玉葱 春雨 ピーマン ささみ 胡瓜 かつお節 りんご</p>	<p>野菜雑炊 パナナ 米 白身魚 納豆 オクラ 鶏もも肉 冬瓜 かつお節 玉葱 人参 パナナ</p>	<p>米 豚肉 キャベツ 人参 玉葱 かつお節</p>
<p>13 のり粥 チキンの柔らか煮 おくらの煮物 かつおだし汁</p>	<p>14 お粥 煮魚 野菜煮物 冬瓜のみそ汁</p>	<p>15 お粥 煮奴 野菜とレバーの煮込み かつおだし汁</p>	<p>お弁当</p> 		<p>18 お粥 マーボー豆腐風 マッシュポテト かつおだし汁</p>
<p>ゴーヤー雑炊 さつま芋マッシュ 米 きざみのり 鶏もも肉 玉葱 人参 オクラ 胡瓜 かつお節 ゴーヤー さつま芋</p>	<p>野菜雑炊 オレンジ 米 鮭 玉葱 人参 胡瓜 黄ピーマン 豚肉 沖縄豆腐 冬瓜 かつお節 オレンジ</p>	<p>南瓜雑炊 ブルーンヨーグルト 米 絹ごし豆腐 鶏レバー 玉葱 人参 ピーマン レーズン 大根 胡瓜 黄ピーマン 赤ピーマン ブレンヨーグルト ブルーン 南瓜</p>	<p>ベビー菓子 パナナ</p>	<p>野菜雑炊 ブルーン 米 ホールコーン缶 白身魚 玉葱 赤ピーマン 鶏もも肉 茄子 黄ピーマン トマト かつお節 ブルーン</p>	<p>野菜雑炊 オレンジ 米 豚挽き肉 玉葱 乾しいたけ グリーンピース 沖縄豆腐 オレンジ かつお節 じゃが芋</p>
<p>20 お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁</p>	<p>21 お粥 煮魚 野菜煮物 玉葱の味噌汁</p>	<p>22 お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁</p>	<p>海の日</p> 		<p>25 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p>
<p>野菜雑炊 オレンジ 米 鮭 玉葱 人参 胡瓜 グリーンピース 胡瓜 豚肉 冬瓜 ごぼう かつお節 オレンジ</p>	<p>野菜雑炊 さつま芋マッシュ 米 白身魚 生しいたけ 人参 玉葱 ゴーヤー 豚肉 沖縄豆腐 かつお節 さつま芋</p>	<p>野菜雑炊 パナナ 米 絹ごし豆腐 玉葱 人参 かつお節 モーウィ ささみ 胡瓜 パナナ</p>	<p>23</p>	<p>24</p> 	<p>野菜雑炊 ブルーン 米 茄子 人参 玉葱 ピーマン 豚肉 ブルーン かつお節</p>
<p>27 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p>	<p>28 お粥 煮魚 ヘチマのウブサー 冬瓜の味噌汁</p>	<p>29 お粥 煮奴 小松菜ともやしの煮浸し かちおだし汁</p>	<p>30 お粥 煮魚 じゃが芋と野菜の煮物 かつおだし汁</p>	<p>31 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p>	
<p>枝豆雑炊 フルーツヨーグルト 米 鶏むね肉 鶏レバー 人参 じゃが芋 玉葱 セロリー 枝豆 大根 胡瓜 かつお節 ぶどう ブレンヨーグルト オレンジ</p>	<p>野菜雑炊 パナナ 米 白身魚 豚肉 沖縄豆腐 へちま 人参 冬瓜 かつお節 パナナ</p>	<p>野菜雑炊 すいか 米 豚挽き肉 ピーマン 赤ピーマン 小松菜 もやし 絹ごし豆腐 生しいたけ すいか かつお節</p>	<p>野菜雑炊 煮奴 米 白身魚 玉葱 豚肉 人参 じゃが芋 かつお節 絹ごし豆腐</p>	<p>ソーメン煮込み パナナ 米 豚肉 ごぼう 冬瓜 胡瓜 人参 かつお節 パナナ そうめん きざみのり</p>	

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。