

令和3年7月 離乳食予定献立表

きりん保育園

月	火	水	木	金	土
		 <p>暑い日が続いています 離乳食も水分の多い夏野菜を上手に使いましょう！ 冬瓜やトマト、胡瓜、オクラも種をとり、刻んで柔らかく茹でると ヌルヌルした食感も感じていいくですね！</p>	<p>1 お粥 豚肉の柔らか煮 コーンと野菜の煮物 うどん煮込み汁</p> <p>野菜雑炊 バナナ 米 うどん 豚肉 大根 オクラ トマト きざみのり ホールコーン缶 人参 玉葱 バナナ</p>	<p>2 お粥 煮魚 レバーと野菜の煮込み わかめと玉葱の味噌汁</p> <p>野菜雑炊 フルーツヨーグルト 米 鮭 鶏レバー 豚肉 人参 もやし 玉葱 キャベツ わかめ かつお節 すいか バナナ プレーンヨーグルト</p>	<p>3 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁</p> <p>野菜雑炊 バナナ 米 鶏もも肉 玉葱 人参 ホールコーン缶 グリンピース バナナ かつお節</p>
5 お粥 煮奴 南瓜甘煮 かつおだし汁	6 お粥 チキンの柔らか煮 プロッコリー煮物 かつおだし汁	7 のり粥 煮魚 チキンと野菜の煮物 ソーメン汁	8 お粥 煮魚 野菜煮物 絹ごしのすまし汁	9 お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁	10 お粥 マーぼー豆腐風 かつおだし汁 バナナ
野菜雑炊 ブルーン	さつま芋雑炊 オレンジ	野菜雑炊 果物盛り合わせ	野菜雑炊 マッシュさつま芋	野菜雑炊 すいか	
米 紹ごし豆腐 豚挽き肉 玉葱 レタス トマト 南瓜 人参 かつお節 ブルーン	米 人参 玉葱 鶏もも肉 プロッコリー ホールコーン缶 かつお節 オレンジ さつま芋	米 鮭 胡瓜 人参 きざみのり 鶏もも肉 大根 ごぼう そうめん オクラ メロン バナナ りんご	米 白身魚 豚肉 人参 玉葱 ピーマン 紹ごし豆腐 かつお節 さつま芋	米 紹ごし豆腐 胡瓜 もやし トマト スイートコーン すいか かつお節 プロッコリー	米 豚挽き肉 玉葱 乾しいたけ グリンピース 沖縄豆腐 バナナ かつお節
12 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁	13 お粥 煮魚 ゴーヤー煮込み かつおだし汁	14 お粥 チキンの柔らか煮 豆腐と野菜の煮込み かつおだし汁	15 お弁当	16 お粥 豆腐のそぼろ煮 オクラの煮浸し ごぼうのみぞ汁	17 とうもろこし粥 チキンの柔らか煮 夏野菜のンブシー かつおだし汁
野菜雑炊 南瓜煮物	野菜雑炊 芋と豆の煮込み	ソーメン煮込み りんご	バナナ 赤ちゃん用菓子	ゴーヤー雑炊 メロン	野菜雑炊 ブルーン
米 豚肉 玉葱 ピーマン 赤ピーマン 胡瓜 冬瓜 人参 かつお節 南瓜	米 白身魚 あおのり粉 ゴーヤー ¹ 玉葱 人参 豚肉 沖縄豆腐 かつお節 バナナ 金時豆 さつま芋	米 鶏もも肉 玉葱 ジャガ芋 キヤベツ 人参 沖縄豆腐 かつお節 そうめん 胡瓜 ささみ りんご		米 きざみのり 沖縄豆腐 人参 豚挽き肉 いんげん 乾しいたけ オクラ 胡瓜 ごぼう かつお節 メロン ゴーヤ 玉葱	米 ホールコーン缶 鶏もも肉 冬瓜 茄子 黄ピーマン 赤ピーマン トマト ブルーン
19 のり粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 茄子の味噌汁	20 お粥 煮魚 豚肉と野菜の煮物 へちまの味噌汁	21 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁	22	23	24 お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁
野菜雑炊 りんご	野菜雑炊 オレンジ	野菜雑炊 すいか		 スポーツの日	野菜雑炊 オレンジ
米 きざみのり 鶏もも肉 玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 茄子 かつお節 りんご	米 白身魚 玉葱 胡瓜 人参 南瓜 へちま 豚肉 かつお節 オレンジ レーズン	米 豚肉 玉葱 人参 ジャガ芋 南瓜 茄子 ホールコーン缶 赤ピーマン 大根 胡瓜 かつお節 すいか			米 紹ごし豆腐 玉葱 人参 ピーマン オレンジ かつお節
26 お粥 チキンの柔らか煮 冬瓜のウブサー 青菜の味噌汁	27 お粥 豚肉の柔らか煮 さつま芋と野菜の煮物 かつおだし汁	28 お粥 煮魚 ウンチュー煮込み へちまの味噌汁	29 お粥 煮奴 オクラとトマトの煮浸し じゃが芋と玉ねぎの味噌汁	30 お粥 煮魚 チキンと野菜の煮込み かつおだし汁	31 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁
野菜雑炊 りんご	コーン雑炊 フルーツヨーグルト	野菜雑炊 オレンジ	野菜雑炊 バナナ	コーン雑炊 オレンジ	野菜雑炊 りんご
米 鶏むね肉 あおのり粉 豚肉 沖縄豆腐 冬瓜 人参 ほうれん草 かつお節 りんご	米 玉葱 人参 豚肉 キヤベツ ホールコーン缶 さつま芋 胡瓜 りんご レーズン プレーンヨーグルト すいか かつお節	米 白身魚 トマト 人参 ようさい(ウンチュー) へちま 玉葱 かつお節 オレンジ	米 鮭 さつま芋 ささみ 赤ピーマン 黄ピーマン オクラ トマト じゃが芋 玉葱 かつお節 バナナ	米 豚肉 大根 人参 玉葱 ブルーン さつま芋 りんご かつお節	

*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。