

献立表

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギーたんぱく質脂質/塩分()は未満児	材 料 名				行事
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
01 金	牛乳(午前) クラッカーサンド	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き ひじきの煮物 ほうれん草のお吸い物	牛乳(午後) じゃがまるくん	414.8(397.8) 20.7(18.4) 13.3(13.7) 1.4(1.3)	半つき米、○じゃがいも、油、○無塩バター、○片栗粉、三温糖	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、ちくわ、油揚げ、○チーズ、○牛乳、○クリームチーズ	にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、白ネギ、ひじき、○あおのり、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酒、しょうゆ(うすくち)、食塩	
02 土	牛乳(午前) バナナ	ごはん 鶏肉と根菜の旨煮 もやしのごま和え とろろ昆布のすまし汁	牛乳(午後) プチピザ	442.1(392.9) 18.6(16.3) 11.1(10.2) 1.5(1.2)	半つき米、じゃがいも、三温糖	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、○ハム、○チーズ、○牛乳	もやし、にんじん、はくさい、たまねぎ、れんこん、ごぼう、みつば、○たまねぎ、○コーン缶、コーン缶、とろろこんぶ、ごま、○バナナ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、○ケチャップ、みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	
03 日	牛乳(午前) ビスケットのジャムのせ	ごはん すき焼き風 大根サラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳(午後) 既製品おやつ	392.6(371.3) 18.1(16.3) 12.5(12.1) 1.0(0.9)	半つき米、油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、ツナ水煮缶、油揚げ、淡色みそ、○牛乳	だいこん、にんじん、はくさい、たまねぎ、きゅうり、かぼちゃ、しらたき、しめじ、えのきたけ、白ネギ、ひじき、ごま、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	
04 月	牛乳(午前) さくさくヨーグルト	ごはん 鶏肉の照り焼き ピーマンマンの炒め物 じゃがいもの味噌汁	牛乳(午後) りんごと紅茶のケーキ	509.1(471.3) 19.5(18.6) 19.9(18.7) 1.0(0.9)	半つき米、じゃがいも、○薄力粉、○無塩バター、○三温糖、ごま油、三温糖、○三温糖、○コーンフレーク	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、○卵、ちくわ、淡色みそ、かつお節、○牛乳、○ヨーグルト(無糖)	もやし、赤ピーマン、ピーマン、たまねぎ、にんじん、○りんご、葉ねぎ、しょうが	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	
05 火	牛乳(午前) バナナ	コーンマヨパン 鶏肉とレバーのトマト煮 クルトン入りサラダ 小松菜のコンソメスープ	牛乳(午後) わかめおにぎり	482.8(464.6) 21.3(19.6) 14.6(13.7) 1.7(1.5)	強力粉、○半つき米、じゃがいも、三温糖、クルトン、無塩バター、油、マヨネーズ	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉、大豆水煮缶、ベーコン、チーズ、脱脂粉乳、○しらす干し、○牛乳	キャベツ、たまねぎ、トマト、にんじん、こまつな、しめじ、コーン缶、きゅうり、○ごま、○バナナ	ケチャップ、酢、コンソメ、ドライイースト、食塩	
06 水	牛乳(午前) クラッカーサンド	ごはん 麻婆茄子 春雨サラダ 卵スープ	牛乳(午後) さつまいものみたらし団子	454.5(430.3) 17.4(15.8) 13.6(13.9) 1.3(1.2)	半つき米、○さつまいも、○白玉粉、はるさめ、三温糖、○三温糖、ごま油、片栗粉、○片栗粉	○牛乳、豚ひき肉、○木綿豆腐、卵、ツナ水煮缶、淡色みそ、○牛乳、○クリームチーズ	たまねぎ、はくさい、なす、きゅうり、にんじん、白ネギ、しいたけ、葉ねぎ、コーン缶、ごま、○いちごジャム	しょうゆ、中華だしの素、酢、○しょうゆ、酒、おろしにんにく、おろししょうが、食塩	
07 木	牛乳(午前) 大学芋風	七夕そうめん もやしとささみの和え物 オレンジ	牛乳(午後) きらきら星クッキー	404.5(404.5) 15.7(14.4) 16.1(14.6) 2.3(1.8)	干しそうめん、○薄力粉、○無塩バター、○三温糖、三温糖、油、○三温糖、○さつまいも	○牛乳、卵、鶏ささ身、ハム、○卵、○牛乳	もやし、オレンジ、にんじん、きゅうり、トマト、オクラ、ごま、ひじき、○黒ごま	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、みりん、食塩	たなばた会
08 金	牛乳(午前) ジャムサンドイッチ	ごはん タラの香り味噌焼き 和風ツナサラダ 大根のすまし汁	牛乳(午後) バナナの揚げパイ	434.5(410.6) 19.6(19.2) 11.8(11.3) 1.1(1.0)	半つき米、○ぎょうぎの皮、○油、三温糖、○三温糖、ごま油、○サンドイッチパン	○牛乳、たら、ツナ水煮缶、淡色みそ、○牛乳	キャベツ、○バナナ、にんじん、たまねぎ、だいこん、みつば、しいたけ、コーン缶、ひじき、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、酢、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん、食塩	
09 土	牛乳(午前) じゃがバター	ごはん 豚ニラもやしの中華炒め キクラゲの中華サラダ 豆腐の中華スープ	牛乳(午後) きなこもち	455.6(416.7) 19.3(17.4) 13.1(12.9) 1.8(1.5)	半つき米、○片栗粉、はるさめ、○三温糖、三温糖、○無塩バター、○じゃがいも	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、ハム、○きな粉、○牛乳	もやし、にんじん、きゅうり、たまねぎ、にら、しめじ、白ネギ、黒きくらげ	しょうゆ、中華だしの素、酢、食塩、○食塩	
10 日	牛乳(午前) ピザ風クラッカー	ごはん 炒り鶏 もやしのごま和え かぼちゃの味噌汁	牛乳(午後) 既製品おやつ	376.8(345.1) 16.3(15.0) 10.9(10.8) 1.0(1.0)	半つき米、さといも、三温糖、油	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、油揚げ、淡色みそ、○牛乳、○チーズ	もやし、にんじん、はくさい、かぼちゃ、たまねぎ、板こんにゃく、しいたけ、コーン缶、ごま、○コーン缶	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、本みりん、○ケチャップ	
11 月	牛乳(午前) さつまいものきな粉和え	柳川風井 豆腐のお吸い物 バナナ	牛乳(午後) じゃこマヨトースト	472.2(467.5) 19.2(17.9) 15.9(14.7) 1.5(1.2)	半つき米、○食パン、○マヨネーズ、三温糖、油、○三温糖、○さつまいも	○牛乳、卵、豚肉(もも)、木綿豆腐、○しらす干し、○チーズ、○牛乳、○きな粉	たまねぎ、バナナ、ほうれんそう、にんじん、ごぼう、○コーン缶、○ごま、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、みりん、しょうゆ(うすくち)、食塩	
12 火	牛乳(午前) りんごゼリー	ロールパン 夏野菜のラタトゥイユ 大根と水菜のサラダ コンソメスープ	牛乳(午後) カレーピラフおにぎり	467.7(405.5) 20.4(17.8) 17.1(14.8) 2.1(1.6)	ロールパン、○半つき米、マヨネーズ、三温糖、○無塩バター、○三温糖	○牛乳、鶏もも肉、○豚ひき肉、ベーコン、ハム、○牛乳、○ゼラチン	だいこん、たまねぎ、にんじん、ズッキーニ、トマト、赤ピーマン、ピーマン、みずな、なす、えのきたけ、○たまねぎ、○にんじん、コーン缶、○コーン缶、○グリーンピース(冷凍)、○りんごジュース	ケチャップ、コンソメ、○コンソメ、○カレー粉、食塩	
13 水	牛乳(午前) ビスケットのジャムのせ	ゆかりごはん 枝豆のつくね焼き オクラとなめたけの和え物 ほうれん草の味噌汁	牛乳(午後) 麩ラスク	446.7(414.6) 18.9(16.9) 16.6(15.4) 1.3(1.1)	半つき米、○無塩バター、パン粉、○焼ふ、○三温糖、三温糖	○牛乳、木綿豆腐、鶏ひき肉、卵、油揚げ、淡色みそ、○牛乳	もやし、たまねぎ、オクラ、ほうれんそう、きゅうり、にんじん、えだまめ、なめたけ、ひじき、カットわかめ、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	
14 木	牛乳(午前)、 チーズトースト	ごはん 鮭のねぎみそ焼き 納豆和え ちくわのお吸い物	牛乳(午後) 抹茶ムース	449.0(425.5) 23.8(21.3) 15.3(16.1) 1.0(1.1)	半つき米、○三温糖、三温糖、○食パン、○マヨネーズ	○牛乳、さけ、○生クリーム、挽きわり納豆、ちくわ、○ゆであずき缶、淡色みそ、○ゼラチン、かつお節、○牛乳、○チーズ	ほうれんそう、にんじん、もやし、たまねぎ、白ネギ、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、本みりん、食塩	
15 金	牛乳(午前) バナナ	中華おこわ 豚肉となすの中華炒め きゅうりの中華和え 中華スープ	牛乳(午後) マカロニきな粉	486.9(437.2) 22.6(19.7) 14.3(13.0) 2.0(1.6)	半つき米、もち米、くりの甘露煮、○マカロニ、○三温糖、片栗粉、ごま油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、○きな粉、油揚げ、○牛乳	きゅうり、たまねぎ、キャベツ、にんじん、なす、もやし、しいたけ、しめじ、白ネギ、さやえんどう、ごま、カットわかめ、○バナナ	しょうゆ、昆布だし汁、中華だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩	
16 土	牛乳(午前) 大学かぼちゃ	ごはん 肉じゃが ほうれん草のしらす和え 油揚げの味噌汁	牛乳(午後) ツナカレーおにぎり	511.2(471.0) 23.4(20.7) 13.0(12.1) 1.3(1.1)	半つき米、○半つき米、じゃがいも、三温糖、○三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、しらす干し、油揚げ、○ツナ水煮缶、淡色みそ、○牛乳	もやし、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、○にんじん、えのきたけ、葉ねぎ、しらたき、グリーンピース、ごま、○黒ごま、○かぼちゃ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、○食塩、○カレー粉	
17 日	牛乳(午前) クラッカーサンド	ごはん 筑前煮 ほうれん草の白和え さつまいもの味噌汁	牛乳(午後) 既製品おやつ	401.9(389.7) 18.1(16.7) 11.0(12.0) 1.2(1.2)	半つき米、さつまいも、三温糖、油	○牛乳、鶏もも肉、木綿豆腐、淡色みそ、○牛乳、○クリームチーズ	にんじん、ほうれんそう、れんこん、もやし、たまねぎ、ごぼう、板こんにゃく、しいたけ、いんげん、ごま、カットわかめ、○いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん	
18 月	牛乳(午前) バナナ	ごはん 八宝菜 切り干し大根の中華風サラダ 豆腐の中華スープ	牛乳(午後) 既製品おやつ	406.5(372.8) 18.4(16.3) 13.4(12.3) 1.7(1.4)	半つき米、片栗粉、ごま油、三温糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、ハム、○牛乳	キャベツ、○バナナ、にんじん、チンゲンサイ、きゅうり、たまねぎ、切り干しだいこん、ごま	しょうゆ、中華だしの素、しょうゆ(うすくち)、おろししょうが、食塩	
19 火	牛乳(午前) きな粉トースト	カレーライス キャベツとささみの青のりサラダ バナナ	牛乳(午後) 焼きうどん	476.3(457.3) 20.0(18.6) 15.4(16.1) 1.1(1.1)	半つき米、○ゆでうどん、じゃがいも、マヨネーズ、油、○ごま油、○食パン、○三温糖、○バター	○牛乳、豚肉(もも)、鶏ささ身、○豚肉(もも)、○牛乳、○きな粉	キャベツ、バナナ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、○キャベツ、○もやし、○にんじん、あおのり	カレールウ、○お好み焼きソース、食塩	
20 水	牛乳(午前) ビスケットのジャムのせ	ロールパン チーズオムレツ シンデレラのかぼちゃサラダ ズッキーニのコンソメスープ	牛乳(午後) 里芋入りおはぎ	487.0(428.2) 21.5(18.4) 20.1(17.7) 1.4(1.2)	ロールパン、○米、○さといも、○三温糖、マヨネーズ	○牛乳、卵、ベーコン、○こしあん(生)、ツナ水煮缶、チーズ、○きな粉、○牛乳	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ズッキーニ、プロッコリー、しめじ、きゅうり、コーン缶、○いちごジャム	コンソメ、食塩、○食塩、ケチャップ	
21 木	牛乳(午前) ぶどうゼリー	ごはん ゴーヤチャンプル トマトときゅうりのサラダ つるつるスープ	牛乳(午後) 紅茶クッキー	496.7(446.8) 18.4(16.8) 19.1(16.9) 1.1(0.9)	半つき米、○薄力粉、○無塩バター、○三温糖、マヨネーズ、はるさめ、ごま油、油、三温糖、○三温糖	○牛乳、木綿豆腐、豚肉(もも)、卵、○生クリーム、ハム、かつお節、○牛乳、○ゼラチン	だいこん、きゅうり、もやし、にんじん、トマト、たまねぎ、にがうり、ゴーヤ、コーン缶、ごま、カットわかめ、○ぶどうジュース	中華だしの素、酢、しょうゆ、おろししょうが、食塩	
22 金	牛乳(午前) じゃがバター	ごはん 鮭のチャンチャン焼き オクラのおかか和え 豆腐のお吸い物	牛乳(午後) フルーツポンチ	409.0(379.4) 19.1(17.2) 9.5(10.0) 1.1(1.0)	半つき米、○白玉粉、○三温糖、三温糖、○無塩バター、○じゃがいも	○牛乳、さけ、木綿豆腐、○木綿豆腐、淡色みそ、かつお節、○牛乳	キャベツ、にんじん、たまねぎ、だいこん、オクラ、○りんご、もやし、○みかん缶、しめじ、コーン缶、ごま、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩、○食塩	

献立表

日付	午前おやつ	献立	午後おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未満児	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				行事
					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	
23 土	牛乳(午前) バナナ	ごはん 鶏のおろし煮 もやしと竹輪のごま和え かぼちゃの味噌汁	牛乳(午後) スイートポテト	475.4(428.0) 18.8(16.6) 14.5(13.2) 1.0(0.9)	半つき米、○さつまいも、○ 三温糖、三温糖、○無塩バ ター	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、 ちくわ、油揚げ、淡色みそ、 ◎牛乳	もやし、にんじん、だいご ん、ほうれんそう、たまねぎ、 かぼちゃ、しいたけ、ごま、 ひじき、◎バナナ	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、本みりん	
24 日	牛乳(午前) ピザ風クラッ カー	ごはん 肉豆腐 キャベツのおかか和え じゃがいもの味噌汁	牛乳(午後) 既製品おやつ	380.0(347.6) 18.0(16.3) 11.8(11.5) 0.9(0.9)	半つき米、じゃがいも、三温 糖	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆 腐、油揚げ、淡色みそ、か つお節、◎牛乳、◎チーズ	キャベツ、にんじん、もやし、 はくさい、たまねぎ、しらた き、葉ねぎ、白ネギ、◎コー ン缶	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、酒、みりん、◎ケチャッ プ	
25 月	牛乳(午前) さくさくヨーグル ト	ロコモコ丼 スパゲティサラダ コンソメスープ オレンジ	牛乳(午後) お誕生日ケーキ (りんご)	524.7(489.6) 20.9(20.1) 20.9(19.8) 1.2(1.1)	半つき米、スパゲティ、○三 温糖、○薄力粉、パン粉、 マヨネーズ、油、◎三温糖、 ◎コーンフレーク	○牛乳、豚ひき肉、卵、○ 卵、○生クリーム、木綿豆 腐、ハム、◎牛乳、◎ヨーグ ルト(無糖)	たまねぎ、オレンジ、にんじ ん、○りんご、ブロッコリー、 きゅうり、トマト、えのきたけ ルト	コンソメ、ケチャップ、ウス ターソース、食塩	
26 火	牛乳(午前) セサミトースト	ごはん 鶏レバーの旨煮 ほうれん草のおかか和え なすの味噌汁	牛乳(午後) かぼちゃドーナ ツ	505.7(475.1) 20.4(18.7) 15.1(16.0) 1.2(1.1)	半つき米、○薄力粉、○三 温糖、○油、三温糖、ごま 油、◎無塩バター、◎食パ ン、◎三温糖	○牛乳、鶏レバー、鶏もも肉 (皮付き)、○卵、淡色み そ、かつお節、◎牛乳	ほうれんそう、たまねぎ、○ かぼちゃ、もやし、にんじ ん、板こんにゃく、なす、ご ぼう、葉ねぎ、しょうが、◎ご ま	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、みりん	
27 水	牛乳(午前) クラッカーサンド	枝豆の混ぜごはん タラの醤油マヨ焼き ほうれん草のごま和え なめこの味噌汁	牛乳(午後) ゆでとうもろこし	437.2(419.3) 22.2(21.2) 14.3(14.6) 1.0(1.0)	半つき米、マヨネーズ、油、 三温糖	○牛乳、たら、豚ひき肉、油 揚げ、淡色みそ、◎牛乳、 ◎クリームチーズ	○とうもろこし、もやし、ほうれんそう、 たまねぎ、にんじん、だいこん、なめ こ、万能ねぎ、コーン缶、えだまめ、 ごま、ひじき、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、酒、コンソメ、食塩、○食 塩	
28 木	牛乳(午前) おさつバター	ごはん 豚肉とオクラの梅しそ炒め ちくわといんげんのおかか和え 豆腐の味噌汁	牛乳(午後) 牛乳くずもち	459.2(443.1) 20.8(18.4) 13.0(12.8) 1.0(0.8)	半つき米、○片栗粉、○三 温糖、三温糖、○黒砂糖、 ◎無塩バター、◎さつまい も	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆 腐、ちくわ、淡色みそ、○き な粉、かつお節、◎牛乳	にんじん、もやし、たまね ぎ、キャベツ、オクラ、いん げん、はくさい、しめじ、うめ びしお	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、◎食塩	
29 金	牛乳(午前) バナナ	塩パン チキンカツ オーロラサラダ ポパイスープ	牛乳(午後) ひじきおにぎり	525.5(500.0) 22.9(20.8) 18.2(16.8) 1.1(1.0)	強力粉、○半つき米、薄力 粉、パン粉、三温糖、無塩 バター、油、マヨネーズ、○ 三温糖、○油	○牛乳、鶏もも肉、○鶏ひき 肉、卵、○油揚げ、脱脂粉 乳、◎牛乳	キャベツ、きゅうり、にんじ ん、だいこん、ほうれんそう、 ○にんじん、コーン缶、○ひ じき、◎バナナ	お好み焼きソース、ケチャッ プ、○しょうゆ、○本みりん、 コンソメ、ドライイースト、食 塩	
30 土	牛乳(午前) ブルーベリー ヨーグルト	ごはん 豚肉のしょうが焼き キャベツの昆布和え 豆腐の味噌汁	牛乳(午後) さつまいも蒸し パン	487.4(447.6) 19.7(18.9) 15.0(15.0) 1.4(1.2)	半つき米、○ホットケーキ 粉、○さつまいも、○油、○ 三温糖、油	○牛乳、豚肉(もも)、木綿豆 腐、淡色みそ、◎牛乳、◎ ヨーグルト(無糖)	にんじん、たまねぎ、キャベ ツ、葉ねぎ、切り干しだいご ん、塩こんぶ、◎ブルーベ リージャム	かつお・昆布だし汁、みり ん、しょうゆ、おろししょうが	
31 日	牛乳(午前) ビスケットのジャ ムのせ	ごはん 鶏肉と野菜の甘酢炒め ほうれん草の白和え かぼちゃの味噌汁	牛乳(午後) 既製品おやつ	405.5(381.6) 17.1(15.5) 14.2(13.5) 0.9(0.8)	半つき米、三温糖、油、片 栗粉	○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、 木綿豆腐、油揚げ、淡色み そ、◎牛乳	にんじん、たまねぎ、キャベ ツ、ほうれんそう、もやし、 ピーマン、かぼちゃ、葉ね ぎ、ごま、◎いちごジャム	かつお・昆布だし汁、しょう ゆ、酢、おろししょうが	

3歳以上児は朝おやつがありません。
また、仕入れの都合により一部献立を変更させていただく場合がございます。

7月の離乳食 初期 (ごっくん)



日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					粥 ほうれん草 玉ねぎ	粥 人参 じゃが芋
3	4	5	6	7	8	9
粥 かぼちゃ 玉ねぎ	粥 人参 じゃが芋	粥 トマト キャベツ	粥 玉ねぎ 人参	粥 人参 トマト	粥 大根 玉ねぎ	粥 玉ねぎ 人参
10	11	12	13	14	15	16
粥 かぼちゃ 玉ねぎ	粥 人参 ほうれん草	粥 トマト 大根	粥 人参 玉ねぎ	粥 玉ねぎ ほうれん草	粥 人参 キャベツ	粥 じゃが芋 ほうれん草
17	18	19	20	21	22	23
粥 人参 玉ねぎ	粥 大根 人参	粥 じゃが芋 キャベツ	粥 ブロッコリー 玉ねぎ	粥 トマト 大根	粥 人参 玉ねぎ	粥 かぼちゃ ほうれん草
24	25	26	27	28	29	30
粥 人参 じゃが芋	粥 トマト ブロッコリー	粥 人参 玉ねぎ	粥 大根 ほうれん草	粥 人参 キャベツ	粥 大根 ほうれん草	粥 人参 キャベツ
31						
粥 かぼちゃ ほうれん草						

7月の離乳食 中期 (もぐもぐ)



日付	曜日	給食		午後のおやつ
		献立名	原材料名	献立名 原材料
1	金	粥	米	ふかし芋
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		ほうれん草のお吸い物	ほうれん草・玉ねぎ・だし・醤油	
2	土	粥	米	だし粥
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・じゃが芋・だし	
		もやしのすまし汁	もやし・白菜・玉ねぎ・だし・醤油	
3	日	粥	米	既製品おやつ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	人参・大根・だし	
		玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・もやし・だし・味噌	
4	月	粥	米	りんごのコンポート
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・じゃが芋・だし	
		玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・もやし・だし・味噌	
5	火	しらす粥	米・しらす干し	だし粥
		野菜のだし煮	人参・じゃが芋・だし	
		キャベツのスープ	キャベツ・玉ねぎ・醤油	
6	水	粥	米	蒸しさつまいも
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		白菜のスープ	白菜・玉ねぎ・醤油	
7	木	粥	米	ヨーグルト
		ささみの煮物	鶏ささみ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		もやしのスープ	もやし・醤油	
8	金	粥	米	バナナ
		タラのトロトロ煮	タラ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	大根・人参・だし	
		キャベツのすまし汁	キャベツ・玉ねぎ・だし・醤油	
9	土	粥	米	だし粥
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・もやし・醤油	
10	日	粥	米	既製品おやつ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		白菜の味噌汁	白菜・もやし・玉ねぎ・だし・味噌	
11	月	しらす粥	米・しらす干し	スティックパン
		野菜のだし煮	人参・だし	
		ほうれん草のお吸い物	ほうれん草・玉ねぎ・だし・醤油	
12	火	粥	米	野菜粥
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	大根・人参・だし	
		玉ねぎのスープ	玉ねぎ・醤油	
13	水	粥	米	バナナ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		もやしの味噌汁	もやし・玉ねぎ・ほうれん草・だし・味噌	
14	木	粥	米	ヨーグルト
		タラのトロトロ煮	タラ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		ほうれん草のお吸い物	ほうれん草・玉ねぎ・だし・醤油	
15	金	粥	米	だし粥
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮	人参・だし	
		キャベツのスープ	キャベツ・もやし・玉ねぎ・醤油	

日付	曜日	給食		午後のおやつ
		献立名	原材料名	献立名 原材料
16	土	しらす粥	米・しらす干し	人参粥
		野菜のだし煮	人参・じゃが芋・だし	
		玉ねぎの味噌汁	玉ねぎ・ほうれん草・だし・味噌	
17	日	粥	米	既製品おやつ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	人参・だし ほうれん草・玉ねぎ・もやし・だし・味噌	
18	月	粥	米	既製品おやつ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮 キャベツのスープ	人参・だし キャベツ・玉ねぎ・醤油	
19	火	粥	米	野菜粥
		ささみの煮物	鶏ささみ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	人参・じゃが芋・だし 玉ねぎ・キャベツ・醤油	
20	水	粥	米	だし粥
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	人参・ブロッコリー・かぼちゃ・だし 玉ねぎ・醤油	
21	木	粥	米	バナナ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮 もやしのスープ	人参・大根・だし もやし・玉ねぎ・醤油	
22	金	粥	米	りんごのコンポート
		タラのトロトロ煮	タラ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮 キャベツのお吸い物	人参・大根・だし キャベツ・玉ねぎ・もやし・醤油	
23	土	粥	米	蒸しさつまいも
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	大根・人参・かぼちゃ・だし ほうれん草・もやし・玉ねぎ・だし・味噌	
24	日	粥	米	既製品おやつ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮 白菜の味噌汁	人参・だし 白菜・もやし・玉ねぎ・キャベツ・だし・味噌	
25	月	粥	米	りんごのコンポート
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	人参・ブロッコリー・だし 玉ねぎ・醤油	
26	火	粥	米	蒸しかぼちゃ
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮 もやしの味噌汁	人参・だし もやし・ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌	
27	水	粥	米	だし粥
		タラのトロトロ煮	タラ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	人参・大根・だし ほうれん草・もやし・玉ねぎ・だし・味噌	
28	木	粥	米	ヨーグルト
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮 白菜の味噌汁	人参・だし 白菜・玉ねぎ・もやし・キャベツ・だし・味噌	
29	金	粥	米	人参粥
		ささみの煮物	ささみミンチ・だし・三温糖・醤油・片栗粉	
		野菜のだし煮 キャベツのスープ	人参・大根・だし キャベツ・ほうれん草・醤油	
30	土	粥	米	蒸しさつまいも
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮 玉ねぎの味噌汁	人参・だし 玉ねぎ・キャベツ・だし・味噌	
31	日	粥	米	既製品おやつ
		豆腐の煮物	豆腐・だし・醤油	
		野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	人参・だし ほうれん草・キャベツ・玉ねぎ・もやし・だし・味噌	

7月の離乳食 後期（かみかみ）



本のほいくえん
令和4年 7月

日付	曜日	午前のおやつ	給食		午後のおやつ
		献立名 原材料	献立名	原材料名	献立名 原材料
1	金	既製品おやつ	粥/軟飯 グリルチキン 野菜のだし煮 ほうれん草のお吸い物	米 鶏肉・塩 人参・だし ほうれん草・玉ねぎ・だし・醤油	ふかし芋 じゃが芋・塩
2	土	バナナ バナナ	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 もやしのすまし汁	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・じゃが芋・だし もやし・白菜・玉ねぎ・だし・醤油	だし粥 米・だし
3	日	蒸しかぼちゃ かぼちゃ	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 白菜の味噌汁	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・大根・だし 白菜・玉ねぎ・だし・味噌	既製品おやつ
4	月	ヨーグルト ヨーグルト・三温糖	粥/軟飯 グリルチキン 野菜のだし煮 玉ねぎの味噌汁	米 鶏肉・塩 人参・じゃが芋・だし 玉ねぎ・もやし・だし・味噌	りんごのコンポート りんご・三温糖
5	火	バナナ バナナ	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 キャベツのスープ	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・じゃが芋・だし キャベツ・玉ねぎ・醤油	だし粥 米・だし
6	水	既製品おやつ	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 白菜のスープ	米 豚挽肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 白菜・玉ねぎ・醤油	蒸しさつまいも さつまいも
7	木	蒸しさつまいも さつまいも	粥/軟飯 ささみの煮物 野菜のだし煮 もやしのスープ	米 鶏ささ身・だし・三温糖・醤油・片栗粉 人参・だし もやし・醤油	ヨーグルト ヨーグルト・三温糖
8	金	スティックパン 食パン	粥/軟飯 タラのトロトロ煮 野菜のだし煮 キャベツのすまし汁	米 タラ・だし・三温糖・醤油・片栗粉 大根・人参・だし キャベツ・玉ねぎ・だし・醤油	バナナ バナナ
9	土	ふかし芋 じゃが芋・塩	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 玉ねぎ・もやし・醤油	だし粥 米・だし
10	日	蒸しかぼちゃ かぼちゃ	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 白菜の味噌汁	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 白菜・もやし・玉ねぎ・だし・味噌	既製品おやつ
11	月	蒸しさつまいも さつまいも	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 ほうれん草のお吸い物	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし ほうれん草・玉ねぎ・だし・醤油	スティックパン 食パン
12	火	ヨーグルト ヨーグルト・三温糖	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	米 鶏肉・だし・三温糖・醤油 大根・人参・だし 玉ねぎ・醤油	野菜粥 米・人参・玉ねぎ
13	水	既製品おやつ	粥/軟飯 鶏肉の煮物 野菜のだし煮 もやしの味噌汁	米 鶏挽肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし もやし・玉ねぎ・ほうれん草・だし・味噌	バナナ バナナ
14	木	スティックパン 食パン	粥/軟飯 鮭のトロトロ煮 野菜のだし煮 ほうれん草のお吸い物	米 鮭・だし・三温糖・醤油・片栗粉 人参・だし ほうれん草・玉ねぎ・だし・醤油	ヨーグルト ヨーグルト・三温糖
15	金	バナナ バナナ	粥/軟飯 豚肉の煮物 野菜のだし煮 キャベツのスープ	米 豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし キャベツ・もやし・玉ねぎ・醤油	だし粥 米・だし

日付	曜日	午前のおやつ	給食		午後のおやつ
		献立名 原材料	献立名	原材料名	献立名 原材料
16	土	蒸しかぼちゃ	粥／軟飯	米	人参粥
		かぼちゃ	豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎの味噌汁	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・じゃが芋・だし 玉ねぎ・ほうれん草・だし・味噌	
17	日	蒸しさつまいも	粥／軟飯	米	既製品おやつ
		さつまいも	鶏肉の煮物 野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし ほうれん草・玉ねぎ・もやし・だし・味噌	
18	月	バナナ	粥／軟飯	米	既製品おやつ
		バナナ	豚肉の煮物 野菜のだし煮 キャベツのスープ	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし キャベツ・玉ねぎ・醤油	
19	火	スティックパン	粥／軟飯	米	野菜粥
		食パン	豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・じゃが芋・だし 玉ねぎ・キャベツ・醤油	
20	水	既製品おやつ	粥／軟飯	米	だし粥
			鶏肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・ブロッコリー・かぼちゃ・だし 玉ねぎ・醤油	
21	木	ヨーグルト	粥／軟飯	米	バナナ
		ヨーグルト・三温糖	豚肉の煮物 野菜のだし煮 もやしのスープ	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・大根・だし もやし・玉ねぎ・醤油	
22	金	ふかし芋	粥／軟飯	米	りんごのコンポート
		じゃが芋・塩	鮭のトロトロ煮 野菜のだし煮 キャベツのお吸い物	鮭・だし・三温糖・醤油・片栗粉 人参・大根・だし キャベツ・玉ねぎ・もやし・醤油	
23	土	バナナ	粥／軟飯	米	蒸しさつまいも
		バナナ	鶏肉の煮物 野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	鶏肉・だし・三温糖・醤油 大根・人参・かぼちゃ・だし ほうれん草・もやし・玉ねぎ・だし・味噌	
24	日	ふかし芋	粥／軟飯	米	既製品おやつ
		じゃが芋・塩	豚肉の煮物 野菜のだし煮 白菜の味噌汁	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 白菜・もやし・キャベツ・玉ねぎ・だし・味噌	
25	月	ヨーグルト	粥／軟飯	米	りんごのコンポート
		ヨーグルト・三温糖	ハンバーグ 野菜のだし煮 玉ねぎのスープ	豚挽肉・豆腐・塩 人参・ブロッコリー・だし 玉ねぎ・醤油	
26	火	スティックパン	粥／軟飯	米	蒸しかぼちゃ
		食パン	鶏肉の煮物 野菜のだし煮 もやしの味噌汁	鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし もやし・ほうれん草・玉ねぎ・だし・味噌	
27	水	既製品おやつ	粥／軟飯	米	だし粥
			タラのトロトロ煮 野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	タラ・だし・三温糖・醤油・片栗粉 人参・大根・だし ほうれん草・もやし・玉ねぎ・だし・味噌	
28	木	蒸しさつまいも	粥／軟飯	米	ヨーグルト
		さつまいも	豚肉の煮物 野菜のだし煮 白菜の味噌汁	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 白菜・玉ねぎ・もやし・キャベツ・だし・味噌	
29	金	バナナ	粥／軟飯	米	人参粥
		バナナ	グリルチキン 野菜のだし煮 キャベツのスープ	鶏肉・塩 人参・大根・だし キャベツ・ほうれん草・醤油	
30	土	ヨーグルト	粥／軟飯	米	蒸しさつまいも
		ヨーグルト・三温糖	豚肉の煮物 野菜のだし煮 玉ねぎの味噌汁	豚肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし 玉ねぎ・キャベツ・だし・味噌	
31	日	蒸しかぼちゃ	粥／軟飯	米	既製品おやつ
		かぼちゃ	鶏肉の煮物 野菜のだし煮 ほうれん草の味噌汁	鶏肉・だし・三温糖・醤油 人参・だし ほうれん草・キャベツ・玉ねぎ・もやし・だし・味噌	