



# 〇〇 献立一覧表 〇〇



令和6年 7月 [乳 児]

	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
10時	ミルク	ミルク		ミルク	ミルク	ミルク
昼食	米粥 豚肉と野菜煮物 もやし和えもの	豆腐とたまねぎの味噌汁 スパニッシュオムレツ 炒めきゅうり	米粥 小松菜の味噌汁 煮魚 かぼちゃサラダ	米粥 野菜のそぼろ煮 豆乳コーンスープ	米粥 天の川そうめん汁 肉と野菜の煮物 バナナ	米粥 豆腐のあんかけ かぼちゃのみそ汁
3時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)
10時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
昼食	夏けんちん汁 鶏レバー甘辛煮	米粥 たまねぎ味噌汁 鶏肉のみそ煮 納豆和え	【誕生会】野菜入りおじや トマトとレタスのスープ 煮魚 胡瓜和え物 バナナ	米粥 豚肉と野菜の煮物 キャベツピーフン	米粥 なすの味噌汁 米粉の△ニエル 野菜のれんこんおろし煮	米粥 豆腐のミートソース 具だくさんスープ 
3時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
	15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
10時		ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
昼食	 海の日	米粥 豆乳シチュー きゃべつおかか和え バナナ	豆腐の味噌汁 豚肉と野菜煮物 トマトのサラダ	たまねぎのスープ 煮魚 小松菜の和えもの	米粥 麩とえのきの味噌汁 ハンバーグ じゃこ和え	米粥 野菜そぼろ煮 大根の味噌汁
3時		ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)
10時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
昼食	米粥 しめじ味噌汁 鶏肉のトマト煮 切り干し含め煮	豆腐すまし汁 煮魚 キャベツのサラダ	米粥 じゃが芋と玉ねぎ味噌汁 炒り豆腐 青菜とキノコの和え物	米粥 鶏肉と野菜のスープ煮 夏ピクルス	わかめスープ ポークチャップ とうがんのそぼろ煮	米粥 鶏肉と野菜のうま煮 豆腐と白菜の味噌汁
3時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
	29 (月)	30 (火)	31 (水)			
10時	ミルク	ミルク	ミルク			
昼食	米粥 鶏肉と野菜煮物 ひじきのサラダ	さつまいもみそ汁 煮魚 もやし炒め	米粥 白菜のみそ汁 豚肉と野菜煮物 じゃが芋のおかか煮			
3時	ミルク	ミルク	ミルク			

【離乳中期】歯ぐきと舌を使って上手にもぐもぐできるように粒々の状態で慣らしていきます。食べる食品の種類を増やし、色々な味を体験していきます。

【離乳後期】歯ぐきでつぶし、「カミカミ」の練習が始まります。柔らかく煮た食品を舌・歯ぐきを使いながら食べる基本を練習していきます。

\*午後のおやつは、ミルクになります。

\*アレルギーを起こしやすい食品については、ご家庭で様子を見られた後で進めていきたいと思います。アレルギー食材については、代替りの食品を提供いたします。

\*その日の体調など十分配慮していきたいと思いますので、お気づきの点など遠慮なくご相談下さい。



