



# 7月の献立

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
2	3	4	5	6	7
ごはん 味噌汁(白菜・ 麩) 豆腐のツナ焼き 切干大根のナムル 果物	雑穀ごはん 味噌汁(ワカ メ・エノキ) 大豆かき揚げ キャベツツナ和え 果物	ふりかけごはん 味噌汁(南瓜・ 玉葱) 鮭の味噌マヨネー ズ焼き 春雨サラダ 果物	シーフードカレー 麦茶 ゆで枝豆 果物	食パン トマトスープ 豚肉のカレー焼き ほうれん草ごま 和え 果物	北海ラーメン ブロッコリー生 姜和え 果物
牛乳 チーズクッキー	ヨーグルト クラッカー・か えり煮干	牛乳 ミルクパン	牛乳 フライドポテ ト・昆布	アイスクリーム りんごのパウン ドケーキ	牛乳 せんべい
9	10	11	12	13	14
麦ごはん 味噌汁(生揚 げ・フノリ) チンジャオロース ー 小松菜しらす和 え 果物	ごはん 味噌汁(大根・ 長葱) 豆腐ナゲット 人参含め煮 果物	ジャージャー麺 麦茶 チンゲン菜コーン 和え 果物	ごはん 味噌汁(なす) 炒め納豆 胡瓜の醤油和 え・トマト 果物	ごはん 味噌汁(大根・ 舞茸) ほっけの磯辺焼 き ほうれん草納豆 和え 果物	あげいりうどん じゃがいものみ そ煮 果物
牛乳 バターポテト	鉄強化チーズ・麦 茶 豆パン	牛乳 ライスピザ	牛乳 人参ホットケー キ	牛乳 ゆでとうきび・ せんべい	牛乳 ビスケット
16	17	18	19 食育の日	20	21
	雑穀ごはん 味噌汁(ワカ メ・エノキ) 大豆かき揚げ キャベツツナ和 え 果物	ふりかけごはん 味噌汁(南瓜・ 玉葱) 鮭の味噌マヨネー ズ焼き 春雨サラダ 果物	シーフードカレー 麦茶 ゆで枝豆 果物	食パン トマトスープ 豚肉のカレー焼 き ほうれん草ごま 和え 果物	北海ラーメン ブロッコリー生 姜和え 果物
	ヨーグルト クラッカー・か えり煮干	牛乳 ミルクパン	牛乳 フライドポテ ト・昆布	アイスクリーム りんごのパウン ドケーキ	牛乳 せんべい
23	24	25	26	27	28
麦ごはん 味噌汁(生揚 げ・フノリ) チンジャオロース ー 小松菜しらす和 え 果物	ごはん 味噌汁(大根・ 長葱) 豆腐ナゲット 人参含め煮 果物	ジャージャー麺 麦茶 チンゲン菜コーン 和え 果物	ごはん 味噌汁(なす) 炒め納豆 胡瓜の醤油和 え・トマト 果物	ごはん 味噌汁(大根・ 舞茸) ほっけの磯辺焼 き ほうれん草納豆 和え 果物	あげいりうどん じゃがいものみ そ煮 果物
牛乳 バターポテト	鉄強化チーズ・麦 茶 豆パン	牛乳 ライスピザ	牛乳 人参ホットケー キ	牛乳 ゆでとうきび・ せんべい	牛乳 ビスケット
30	31				
ごはん 味噌汁(白菜・ 麩) 豆腐のツナ焼き 切干大根のナム ル 果物	ごはん 味噌汁(大根・ 人参) 豚肉の生姜焼き ほうれん草しめ じ和え 果物				
牛乳 チーズクッキー	牛乳 ゼリー・せんべ い				

☆毎月1日は野菜の日☆19日は食育の日☆

☆献立は変更になる場合があります☆ご了承ください☆



# 7月の献立

9～11か月頃 カミカミ期

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
2	3	4	5	6	7
軟飯 味噌汁（白菜・ほっけ煮魚 スティック人参 果物 雑炊	軟飯 味噌汁（ワカ大豆野菜煮 ゆでキャベツ 果物 フルーツヨーグル	軟飯 味噌汁（南瓜・鮭あんかけ煮 スティック胡瓜 果物 ミルク蒸しパン	軟飯 ミルクスープ（じ カレイ煮魚 ゆで玉葱 果物 ゆでじゃがいも	食パン トマトスープ（玉 豚挽あんかけ煮 ゆでさつまいも 果物 りんご煮	煮込みうどん （豚肉・キャベ もやし・人参） ゆでブロッコリ 果物 せんべい
9	10	11	12	13	14
軟飯 味噌汁（生揚 鶏挽あんかけ煮 ゆで小松菜 果物 マッシュポテト	軟飯 味噌汁（大根・ 豆腐煮 スティック人参 果物 食パン	煮込みうどん （豚挽・人参・ 玉葱） ゆでチンゲン菜 果物 ミルクリゾット	軟飯 味噌汁（なす） 納豆煮 ゆでトマト 果物 人参蒸しパン	軟飯 味噌汁（大根・ ほっけ煮魚 ゆでほうれん草 果物 雑炊	煮込みうどん （鶏挽・ほうれん 人参・長葱） ゆでじゃがいも 果物 せんべい
16	17	18	19 食育の日	20	21
	軟飯 味噌汁（ワカ大豆野菜煮 ゆでキャベツ 果物 フルーツヨーグル	軟飯 味噌汁（南瓜・鮭あんかけ煮 スティック胡瓜 果物 ミルク蒸しパン	軟飯 ミルクスープ（じ カレイ煮魚 ゆで玉葱 果物 ゆでじゃがいも	食パン トマトスープ（玉 豚挽あんかけ煮 ゆでさつまいも 果物 りんご煮	煮込みうどん （豚肉・キャベ もやし・人参） ゆでブロッコリ 果物 せんべい
23	24	25	26	27	28
軟飯 味噌汁（生揚 鶏挽あんかけ煮 ゆで小松菜 果物 マッシュポテト	軟飯 味噌汁（大根・ 豆腐煮 スティック人参 果物 食パン	煮込みうどん （豚挽・人参・ 玉葱） ゆでチンゲン菜 果物 ミルクリゾット	軟飯 味噌汁（なす） 納豆煮 ゆでトマト 果物 人参蒸しパン	軟飯 味噌汁（大根・ ほっけ煮魚 ゆでほうれん草 果物 雑炊	煮込みうどん （鶏挽・ほうれん 人参・長葱） ゆでじゃがいも 果物 せんべい
30	31	<p>☆毎月1日は野菜の日☆19日は食育の日☆</p> <p>☆献立は変更になる場合があります☆ご了承ください☆</p>			
軟飯 味噌汁（白菜・ほっけ煮魚 スティック人参 果物 雑炊	軟飯 味噌汁（大根・ 豚挽あんかけ煮 ゆでほうれん草 果物 ゼリー				



7～8か月頃 モグモグ期

☆野菜スープは野菜と

昆布を煮たすまし汁です☆

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
2	3	4	5	6	7
粥 野菜スープ ほっけ煮魚 ゆで白菜	粥 野菜スープ 豆腐煮 ゆでキャベツ	粥 野菜スープ 鮭あんかけ煮 ゆで南瓜	粥 野菜スープ カレイ煮魚 ゆで玉葱	スティックパ 野菜スープ 豚挽あんかけ煮 ゆでさつまいも	粥 野菜スープ ゆでキャベツ ゆでブロッコリ
9	10	11	12	13	14
粥 野菜スープ 鶏挽あんかけ煮 ゆで小松菜	粥 野菜スープ 豆腐煮 スティック人参	粥 野菜スープ ゆで玉葱 ゆでチンゲン菜	粥 野菜スープ 納豆煮 ゆでトマト	粥 野菜スープ ほっけ煮魚 ゆでほうれん草	粥 野菜スープ スティック人参 ゆでじゃがいも
16	17	18	19 食育の日	20	21
	粥 野菜スープ 豆腐煮 ゆでキャベツ	粥 野菜スープ 鮭あんかけ煮 ゆで南瓜	粥 野菜スープ カレイ煮魚 ゆで玉葱	スティックパ 野菜スープ 豚挽あんかけ煮 ゆでさつまいも	粥 野菜スープ ゆでキャベツ ゆでブロッコリ
23	24	25	26	27	28
粥 野菜スープ 鶏挽あんかけ煮 ゆで小松菜	粥 野菜スープ 豆腐煮 スティック人参	粥 野菜スープ ゆで玉葱 ゆでチンゲン菜	粥 野菜スープ 納豆煮 ゆでトマト	粥 野菜スープ ほっけ煮魚 ゆでほうれん草	粥 野菜スープ スティック人参 ゆでじゃがいも
30	31	☆毎月1日は野菜の日☆19日は食育の日☆ ☆献立は変更になる場合があります☆ご了承ください☆			
粥 野菜スープ ほっけ煮魚 ゆで白菜	粥 野菜スープ 豚挽あんかけ煮 ゆでほうれん草				



# 7月の献立

6ヶ月頃 ゴックン期

☆野菜は全て煮つぶしています☆

☆野菜スープは昆布と野菜と

野菜を煮たすまし汁です☆

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どうようび
2	3	4	5	6	7
つぶし粥 野菜スープ カレー煮魚 白菜	つぶし粥 野菜スープ 豆腐煮 キャベツ	つぶし粥 野菜スープ たらあんかけ煮 南瓜	つぶし粥 野菜スープ カレー煮魚 玉葱	パン粥 野菜スープ 豆腐煮 さつまいも	つぶし粥 野菜スープ キャベツ ブロッコリー
9	10	11	12	13	14
つぶし粥 野菜スープ たらあんかけ煮 小松菜	つぶし粥 野菜スープ 豆腐煮 人参	つぶし粥 野菜スープ 玉葱 チンゲン菜	つぶし粥 野菜スープ 豆腐煮 トマト	つぶし粥 野菜スープ カレー煮魚 ほうれん草	つぶし粥 野菜スープ 人参 じゃがいも
16	17	18	19 食育の日	20	21
	つぶし粥 野菜スープ 豆腐煮 キャベツ	つぶし粥 野菜スープ たらあんかけ煮 南瓜	つぶし粥 野菜スープ カレー煮魚 玉葱	パン粥 野菜スープ 豆腐煮 さつまいも	つぶし粥 野菜スープ キャベツ ブロッコリー
23	24	25	26	27	28
つぶし粥 野菜スープ たらあんかけ煮 小松菜	つぶし粥 野菜スープ 豆腐煮 人参	つぶし粥 野菜スープ 玉葱 チンゲン菜	つぶし粥 野菜スープ 豆腐煮 トマト	つぶし粥 野菜スープ カレー煮魚 ほうれん草	つぶし粥 野菜スープ 人参 じゃがいも
30	31	<p>☆毎月1日は野菜の日☆19日は食育の日☆</p> <p>☆献立は変更になる場合があります☆ご了承ください☆</p>			
つぶし粥 野菜スープ カレー煮魚 白菜	つぶし粥 野菜スープ 豆腐煮 ほうれん草				