

2023年7月 離乳食献立表（後期食）



社会福祉法人 鶴島友の会
鶴島第二乳児保育センター

日 曜日	AM間食	昼食	材料	間食 (3時)	材料	延長 (6時)	材料
1 土	ハイハイン スープ	焼きそば 中華麺 豚肉 玉葱 人参 キャベツ 大根 青梗菜		お子様せんべい	お子様 せんべい		
3 月	ハイハイン 野菜	軟飯 お浸し 鶏肉の照り焼き みそ汁	米 / キャベツ 小松菜 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鶏肉 醤油 上白糖 片栗粉 かつお昆布だし 豆腐 わかめ 味噌 かつお昆布だし	スイートポテト	さつま芋 上白糖	きな粉 バンゲーキ	小麦粉 油 水 バーキングパウダー 上白糖 キナ粉
4 火	ハイハイン 野菜	パン ブロッコリー・サラダ 野菜スープ	パン / ブロッコリー 胡瓜 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 鶏肉 玉葱 ビーマン ケチャップ 上白糖 食塩 かつお昆布だし 人参 ジャガ芋 小松菜 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	とうもろこし	とうもろこし	お子様せんべい	お子様せんべい
5 水	ハイハイン 野菜	煮込みうどん ふかし芋 もやしやマル	うどん 豚肉 わかめ コーン 醤油 上白糖 食塩 かつお昆布だし ジャガ芋 もやし 胡瓜 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし	コーン 蒸しパン	小麦粉 油 バーキングパウダー 上白糖 水 コーン	パンナ	パンナ
6 木	ハイハイン	軟飯 ボークビーンズ 魚の塩焼き みそ汁	米 / 豚肉 人参 玉葱 大豆 トマト ケチャップ 上白糖 醤油 かつお昆布だし 魚 食塩 南蛮 手揚げ かつお昆布だし 味噌	お子様せんべい	お子様 せんべい	ハイハイン野菜	ハイハイン野菜
7 金	ハイハイン 野菜	そぼろご飯 かみかみサラダ 天の川スープ	米 胡瓜 うおれん草 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 千切大根 ひじき 胡瓜 キャベツ コーン 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 春雨 オクラ 人参 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	じゃが芋 マッシュ	じゃが芋 春のり 食塩	ハイハイン	ハイハイン
8 土	ハイハイン	豚肉丼ぶり みそ汁	米 豚肉 玉葱 もやし キャベツ ジャガ芋	お子様せんべい	お子様 せんべい		
10 月	ハイハイン 野菜	ご飯 キャベツの和え物 鶏肉のみぞ焼き すまし汁	米 / キャベツ もやし 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鶏肉 味噌 上白糖 かつお昆布だし 大根 人参 豆腐 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	パンナ ヨーグルト	ヨーグルト パンナ	人参 蒸しパン	小麦粉 油 水 バーキングパウダー 上白糖 人参
11 火	ハイハイン	軟飯 大根サラダ ポークシチュー オレンジ	米 / 大根 ツナ 胡瓜 酢 上白糖 醤油 玉葱 かつお昆布だし 豚肉 玉葱 ジャガ芋 人参 かつお昆布だし ケチャップ 醤油 上白糖 食塩 片栗粉 オレンジ	じゃが芋 のきなこ かけ	じゃが芋 きなこ 上白糖	お子様せんべい	お子様せんべい
12 水	ハイハイン 野菜	軟飯 そらめんサラダ もやしもしそくね すまし汁	米 / そらめん 胡瓜 人参 キャベツ 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 鶏肉 鶏肝巻 おから 玉葱 もやし 味噌 上白糖 片栗粉 豆腐 小松菜 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様せんべい	お子様 せんべい	パンナ	パンナ
13 木	ハイハイン	軟飯 大豆サラダ じゃが芋のそぼろ炒め みそ汁	米 / 大豆 胡瓜 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし じゃが芋 人参 玉葱 豚肉 醤油 上白糖 かつお昆布だし 茄子 玉葱 かつお昆布だし 味噌	スイカ	スイカ	ハイハイン	ハイハイン
14 金	ハイハイン 野菜	いなり混ぜ寿司 大根のそぼろあんかけ みそ汁	米 酢 上白糖 食塩 油揚げ 上白糖 醤油 かつお昆布だし 人参 胡瓜 大根 豚肉 醤油 上白糖 かつお昆布だし なめこ わかめ かつお昆布だし 味噌	お子様せんべい	お子様 せんべい	じゃが芋もち	じゃが芋 食塩
15 土	ハイハイン	スパゲティナポリタン スープ	スパゲティ 玉葱 しめし盲 ビーマン コーン 人参 キャベツ	お子様せんべい	お子様 せんべい		
17 月		海の日					
18 火	ハイハイン	軟飯 スティック野菜 鶏肉の塩焼き スープ	米 / 大根 胡瓜 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 鶏肉 食塩 人参 玉葱 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	豆腐の きな粉かけ	豆腐 きな粉 上白糖	お子様せんべい	お子様せんべい
19 水	ハイハイン 野菜	軟飯 白菜の和え物 魚の煮つけ 添え野菜 みそ汁	米 / 白菜 えのき茸 人参 酢 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鶏 醤油 上白糖 かつお昆布だし オクラ 豆腐 小松菜 かつお昆布だし 味噌	お子様せんべい	お子様 せんべい	ハイハイン	ハイハイン
20 木	ハイハイン	あんかけ丂ぶり きゅうりとしらすの酢の物 みそ汁	米 玉葱 人参 えのき茸 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 胡瓜 しらす わかめ 酢 上白糖 醤油 かつお昆布だし 豆腐 ほうれん草 かつお昆布だし 味噌	ふかし芋	さつま芋	ハイハイン野菜	ハイハイン
21 金	ハイハイン 野菜	軟飯 肉団子 厚揚げの中華炒め わかめスープ	米 / 豚肉 玉葱 醤油 上白糖 片栗粉 厚揚げ 豚肉 青梗菜 人参 玉葱 醤油 上白糖 かつお昆布だし わかめ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	とうもろこし	とうもろこし	ハイハイン	ハイハイン
22 土	ハイハイン	焼きそば スープ	中華麺 豚肉 玉葱 人参 キャベツ 大根 ブロッコリー	お子様せんべい	お子様 せんべい		
24 月	ハイハイン 野菜	軟飯 おかか和え 鶏肉の甘辛煮 みそ汁	米 / ほうれん草 キャベツ かつお節 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鶏肉 醤油 上白糖 かつお昆布だし さつま芋 かつお昆布だし 味噌	スイカ	スイカ	ふかし芋	さつま芋
25 火	ハイハイン	軟飯 きゅうりの酢の物 牛肉甘辛ゆめ みそ汁	米 / 胡瓜 わかめ 酢 上白糖 醤油 かつお昆布だし 牛肉 玉葱 しめし盲 ビーマン 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 小松菜 南蛮 かつお昆布だし 味噌	ピザトースト	食パン コーン 玉葱 ケチャップ	お子様せんべい	お子様せんべい
26 水	ハイハイン 野菜	魚のピラフ トマトサラダ スープ	米 玉葱 人参 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鮭 醤油 上白糖 トマト 胡瓜 わかめ 酢 上白糖 醤油 かつお昆布だし 厚揚げ ほうれん草 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様せんべい	お子様 せんべい	ハイハイン	ハイハイン
27 木	ハイハイン	煮込みラーメン 人参の煮物 トマトと胡瓜の和え物	中華麺 豚肉 キャベツ コーン 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし トマト 胡瓜 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし	オープンボテト	じゃが芋 食塩	ホットケーキ	小麦粉 油 バーキングパウダー 上白糖 水
28 金	ハイハイン 野菜	軟飯 筑前煮 魚の照り焼き みそ汁	米 / 大根 人参 鶏肉 醤油 上白糖 かつお昆布だし 白鳥魚 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 えのき茸 わかめ かつお昆布だし 味噌	パンナ蒸しパン	小麦粉 油 バーキングパウダー 上白糖 水 パンナ	ハイハイン	ハイハイン
29 土	ハイハイン	中華丂ぶり スープ	米 豚肉 白菜 青梗菜 玉葱 人参 大根 ブロッコリー	お子様せんべい	お子様 せんべい		
31 月	ハイハイン 野菜	軟飯 切り干し大根炒め煮 魚のトマト煮 みそ汁	米 / 切り干し大根 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鯛 トマト 醤油 上白糖 かつお昆布だし 小松菜 厚揚げ かつお昆布だし 味噌	さつま芋 蒸しパン	小麦粉 油 バーキングパウダー 上白糖 水 さつま芋	ハイハイン	ハイハイン

今月の献立にはたくさんの夏野菜が登場します。

暑い季節なのでトマトやきゅうり・なすなどの野菜には、水分が多く含まれるので食べるだけで水分補給となり、体の熱を冷ます効果があります。

たくさんの夏野菜を食べて、暑い夏をのりきりましょう！

給食では、卵を含まないマヨネーズタイプの調味料を使用しています。



メディッシュフードサービス
管理栄養士 作成