

# 7月 離乳食 9~11ヶ月頃献立表 (後期)

令和6年  
 蒔田ひまわり保育園

日付			昼食	主な材料	午後のおやつ
1	29	月	軟飯、じゃがいもと豆腐のみそ汁 鶏肉の照り煮 キャベツの和え物、オレンジ	米、じゃがいも、豆腐、味噌、だし汁、鶏肉 醤油、砂糖、キャベツ、人参、オレンジ 麩、青のり、塩、麦茶	やわらかお麩の青のり和え 麦茶
2	30	火	トマトソースうどん キャベツと人参のスープ 南瓜の煮物、バナナ	うどん、玉ねぎ、豚肉、塩、醤油、ケチャップ キャベツ、人参、南瓜、砂糖、だし汁 トマト、バナナ、しらす、小松菜、米、麦茶	しらすと小松菜のおにぎり(軟飯) 麦茶
3	17	水	軟飯、白菜とじゃがいものみそ汁 タラのトマト煮 もやしの和え物、オレンジ	米、じゃがいも、白菜、味噌、だし汁、タラ ケチャップ、砂糖、もやし、人参、塩 オレンジ、かつお節、麦茶	おかかおにぎり(軟飯) 麦茶
4	18	木	軟飯、キャベツと玉ねぎのすまし汁 鶏肉のみそ煮 白菜の和え物、バナナ	米、キャベツ、玉ねぎ、だし汁、醤油、塩 鶏肉、砂糖、味噌、白菜、人参、 バナナ、さつまいも、麦茶	さつまいもグラッセ 麦茶
5	/	金	そぼろ軟飯 キャベツとそうめんのすまし汁 スイカ	米、豚肉、玉ねぎ、人参、ケチャップ、砂糖 だし汁、キャベツ、そうめん、塩、醤油 スイカ、麩、豆乳、麦茶	お麩の豆乳浸し 麦茶
6	20	土	チキンライス(軟飯) 大根と人参のスープ ほうれん草の煮物、バナナ	米、鶏肉、玉ねぎ、ケチャップ、砂糖、大根 人参、醤油、ほうれん草 バナナ、じゃがいも、片栗粉、麦茶	いももち 麦茶
8	22	月	軟飯、麩とキャベツのすまし汁 かれいのみそ煮 豆腐と人参の煮物、オレンジ	米、麩、キャベツ、だし汁、塩、醤油 かれい、味噌、砂糖、豆腐、人参 オレンジ、マカロニ、ケチャップ、麦茶	マカロニナポリタン 麦茶
9	23	火	軟飯、さつまいもと大根のみそ汁 豚肉とキャベツの煮物 小松菜のおかか和え、バナナ	米、さつまいも、大根、味噌、だし汁 豚肉、キャベツ、醤油、砂糖、小松菜、人参 かつお節、バナナ、ほうれん草、麦茶	ほうれん草おにぎり(軟飯) 麦茶
10	24	水	軟飯、なすと玉ねぎのみそ汁 タラの煮物 ブロッコリーの和え物、オレンジ	米、なす、玉ねぎ、味噌、だし汁、タラ 醤油、砂糖、ブロッコリー、人参 オレンジ、南瓜、麦茶	スイートかぼちゃ 麦茶
11	25	木	麻婆豆腐丼(軟飯) キャベツと人参のスープ ツナじゃが、バナナ	米、豆腐、鶏肉、玉ねぎ、味噌、片栗粉、キャベツ 人参、砂糖、塩、じゃがいも ツナフレーク、醤油、バナナ、きなこ、麦茶	きなこおにぎり(軟飯) 麦茶
12	26	金	軟飯、ほうれん草とかぼちゃのみそ汁 鶏肉のケチャップ煮 青菜の和え物、オレンジ	米、ほうれん草、南瓜、味噌、だし汁、鶏肉 ケチャップ、砂糖、醤油、小松菜、人参 オレンジ、じゃがいも、麦茶	じゃがいもの味噌がらめ 麦茶
13	27	土	軟飯、白菜と人参のスープ 豚肉のそぼろ煮 大根サラダ、バナナ	米、白菜、人参、醤油、豚肉、砂糖、片栗粉 大根、バナナ、きなこ、麦茶	きなこおはぎ(軟飯) 麦茶
16	/	火	鶏肉の混ぜ軟飯 豆腐と人参のみそ汁 白菜の磯和え、オレンジ	米、鶏肉、キャベツ、醤油、砂糖 だし汁、豆腐、人参、味噌、白菜 青のり、オレンジ、小松菜、麦茶	小松菜おにぎり(軟飯) 麦茶
19	/	金	夏野菜うどん キャベツサラダ オレンジ	うどん、鶏肉、醤油、だし汁、南瓜 なす、片栗粉、キャベツ、人参 砂糖、オレンジ、米、青のり、麦茶	青のりおにぎり(軟飯) 麦茶
31	/	水	軟飯、じゃがいもと大根のすまし汁 タラの煮付け もやしと人参のお浸し、オレンジ	米、タラ、じゃがいも、大根、砂糖 片栗粉、人参、もやし、醤油 かつお節、だし汁、オレンジ、麦茶	砂糖醤油おにぎり(軟飯) 麦茶

※献立は食材の都合により変更する場合がございます。