

2021年度 7月離乳食完了期 予定献立

かえて保育園

食卓

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ
1日 (木)	冷やしきつねうどん	うどん、うすあげ、ほうれん草、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、酒	ロールパン	17日 (土)	チキンライス	米、鶏もも肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、ケッチャップ、塩	バナナ
	ひじきの煮物	ひじき、鶏もも肉、にんじん、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん			もやしとの和え物	もやし、キャベツ、酢、砂糖、塩、油	
	いりこ	いりこ			すまし汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
	りんご	りんご					
2日 (金)	ごはん/納豆	米、納豆	フライドポテト	19日 (月)	ごはん	米	ビスケット
	厚揚げの炒め物	厚揚げ、豚ひき肉、ツナ缶、人参、キャベツ、しょうゆ、みりん、砂糖、塩、酒	(じゃがいも、油)		豚の塩焼き	豚、塩	
	キャベツのごま和え	キャベツ、もやし、きゅうり、白ごま、酢、砂糖、塩、油			野菜の酢のもの	きゅうり、キャベツ、もやし、わかめ、酢、砂糖、塩、油	
	すまし汁	絹ごし豆腐、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			すまし汁	絹ごし豆腐、わかめ、はくさい、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
りんご	りんご			りんご			
3日 (土)	チャーハン	米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、塩、油	バナナ	20日 (火)	ごはん	米	マカロニきなこ
	キャベツとツナの和え物	キャベツ、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油			鶏肉のさっぱり煮	鶏もも肉、しょうが、酢、砂糖、酒、しょうゆ	(マカロニ、きなこ、卵)
	中華スープ	キャベツ、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油			トマトときゅうりの中華風サラダ	トマト、きゅうり、キャベツ、白ごま、しょうゆ、みりん	
		絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩、ごま油			みそ汁	絹ごし豆腐、小松菜、えのき、かつお昆布だし、米みそ	
				バナナ	バナナ		
5日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	食パン	21日 (水)	食パン	食パン	ホットケーキ
	豚の照り焼き	豚、しょうゆ、みりん、砂糖			ハンバーグ	合挽きミンチ、パン粉、牛乳、たまねぎ、塩、ウスターソース、ケッチャップ、チーズ	(ホットケーキミックス、牛乳)
	切り干し大根のツゲキツヤ	切り干し大根、にんじん、きゅうり、うすあげ、酢、砂糖、塩			コロコロサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、油、塩	サラダ油)
	すまし汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、わかめ、焼きたまご、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			和風スープ	たまねぎ、キャベツ、エリンギ、ベーコン、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
りんご	りんご			りんご			
6日 (火)	ごはん	米	お菓子のラスク	22日 (木)			海の日
	鶏肉の塩焼き	鶏もも肉、塩、じゃがいも	(焼き菓、バター)				
	野菜のおかか和え	アスパラガス、にんじん、もやし、水菜、しょうゆ、みりん、かつおぶし					
	みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ					
バナナ	バナナ						
7日 (水)	七夕ちらし	米、ツナ缶、コーン缶、にんじん、きゅうり、米酢、砂糖、塩、しょうゆ、みりん	七夕ゼリー	23日 (金)			スポーツの日
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ、天ぷら粉、青のり	(りんごジュース、砂糖、アガー)				
	そうめんスープ	そうめん、にんじん、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、酒					
	りんご	りんご					
8日 (木)	ミートスパゲッティ	スパゲティ、合挽きミンチ、ナス、たまねぎ、にんじん、トマト缶、ケッチャップ、ウスターソース、砂糖、塩、塩	バナナヨーグルト	24日 (土)	豚丼	米、豚もも肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、油、かつお昆布だし	バナナ
	ポテトサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、塩、塩	(ヨーグルト、砂糖、バナナ、)		もやしの酢の物	もやし、白ごま、酢、砂糖、塩、油	
	和風スープ	たまねぎ、エリンギ、キャベツ、ベーコン、かつお昆布だし、コンソメ、塩			みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
	りんご	りんご					
9日 (金)	ごはん	米	牛乳燻天	26日 (月)	ごはん	米	市販菓子
	豚しゃぶ	豚もも肉、きゅうり、もやし、レタス、トマト、米みそ、白ごま、しょうゆ、酢、ごま油、砂糖	(牛乳、燻天、砂糖)		肉じゃが	牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖	
	野菜のごま和え	キャベツ、にんじん、しらす干し、白ごま、酢、砂糖、塩、油			ひじきと野菜のごま和え	ひじき、キャベツ、にんじん、きゅうり、白ごま、しょうゆ	
	みそ汁	絹ごし豆腐、うすあげ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			チーズ	チーズ	
りんご	りんご			りんご			
10日 (土)	ごはん	米	バナナ	27日 (火)	ごはん/納豆	米、納豆	ずいか/せんべい
	肉じゃが	牛もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖			豚の塩焼き	豚、塩	
	きゅうりの和え物	きゅうり、酢、砂糖、塩、油			プロッコリーとにんじんの和え物	プロッコリー、にんじん、しらす干し、白ごま、しょうゆ、みりん	
	チーズ	チーズ			みそ汁	絹ごし豆腐、じゃがいも、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ	
				りんご	りんご		
12日 (月)	ごはん	米	きなこおはぎ	28日 (水)	三色丼	米、豚ひき肉、ほうれん草、にんじん、しょうが、白ごま、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、塩、酒	チーズトースト
	豚肉となすの炒め物	豚こま肉、なす、にんじん、キャベツ、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、みりん	(きなこ、ごはん)		キャベツともやしのサラダ	キャベツ、もやし、にんじん、しらす干し、白ごま、酢、砂糖、塩、油	(食パン、チーズ)
	ほうれん草の納豆和え	ほうれん草、にんじん、納豆、えのき、しょうゆ			みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
	和風スープ	絹ごし豆腐、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			バナナ	バナナ	
りんご	りんご						
13日 (火)	ごはん	米	ずいか/せんべい	29日 (木)	冷やし中華	中華麺、酢、きゅうり、もやし、豚もも肉、プチトマト、かつお昆布だし、しょうゆ、酢、砂糖、みりん、ごま油	バナナヨーグルト
	豚の煮付け	豚、しょうが、しょうゆ、みりん、酒、砂糖			ほうれん草のお浸し	ほうれん草、にんじん、もやし、しょうゆ、みりん	(ヨーグルト、砂糖、バナナ、)
	野菜のごま和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、砂糖、塩、油			いりこ	いりこ	
	みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、うすあげ、えのき、かつお昆布だし、米みそ			りんご	りんご	
バナナ	バナナ						
14日 (水)	ごはん/納豆	米、納豆	ビスケット	30日 (金)	ごはん	米	フライドポテト
	ゴーヤチャンプルー	ゴーヤ肉、たまねぎ、にんじん、もやし、ゴーヤ、みりん、酒、しょうゆ、塩、ごま油	(じゃがいも、油)		豚の塩焼き	豚、しょうゆ、みりん、砂糖	
	きゅうりとわかめの酢のもの	きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩			野菜の和え物	にんじん、もやし、水菜、しらす干し、白ごま、酢、砂糖、塩、油	
	みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、かつお昆布だし、米みそ			みそ汁	絹ごし豆腐、うすあげ、じゃがいも、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	
りんご	りんご			りんご			
15日 (木)	ごはん	米	オレンジゼリー/ビスケット	31日 (土)	中華丼	米、豚もも肉、はくさい、にんじん、たまねぎ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、片栗粉、油	バナナ
	厚揚げの炒め物	厚揚げ、ツナ缶、コーン缶、青のり、しょうゆ	(オレンジジュース、アガー、砂糖)		ちやしのごま和え	もやし、白ごま、しょうゆ、みりん	
	野菜の和えもの	きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油			中華スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、塩、ごま油	
	みそ汁	絹ごし豆腐、じゃがいも、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ					
りんご	りんご						
16日 (金)	流しそうめん	そうめん、しょうゆ、みりん、砂糖、うすあげ、きゅうり、干しいだけ、かつお昆布だし	ロールパン				
	ウインナー	ウインナー					
	とうもろこし	とうもろこし					
	りんご	りんご					

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえて保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりのりの部屋：廣田・坂口より