

2025年度 7月離乳食完了期 予定献立

かえて保育園

								承認印
日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名		おやつ	
1日 (火)	ごはん ゴーヤチャンプルー きゅうりとわかめの酢の物 みそ汁	米 豚肉、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 きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、うすあげ、ほうれん草、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、粉チーズ、青のり)	17日 (木) 誕生日会	ごはん/ミネラルふりかけ 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ 和風スープ ゼリー	米、いりこ、しょうゆ、酢、青のり、白ごま 鶏もも肉、しょうが、酒、しょうゆ、小麦粉、片栗粉 じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、ベーコン、キャベツ、スッキーニ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩 ゼリー	牛乳 (米粉、ベーキングパウダー、砂糖、油、卵、みかん缶、バナナ)	
2日 (水)	ビビンバ キャベツの甘酢和え みそ汁 バナナ	米、豚ひき肉、にんじん、もやし、ほうれん草、しょうが、砂糖、しょうゆ、酒、ごま油、塩 キャベツ、きゅうり、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、じゃがいも、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ バナナ	牛乳 きなこバナナ (バナナ、きなこ)	18日 (金)	ハヤシライス コールスローサラダ チーズ	米、牛肉、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、米粉、トマト缶、砂糖、ウスターソース 香キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 チーズ	牛乳 市販菓子	
3日 (木)	ラーメン にんじんのじゃこ和え 煮豆 ゼリー	中華麺、鶏もも肉、もやし、わかめ、コーン缶、しょうゆ、砂糖、みりん、かつお昆布だし、酒、塩、ごま油 にんじん、キャベツ、きゅうり、しらす干し、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 金時豆、砂糖 ゼリー	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きなこ)	19日 (土)	中華丼 きゅうりの和え物 みそ汁 ゼリー	米、豚肉、はくさい、にんじん、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、酒 きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油 みそ ゼリー	牛乳 市販菓子 バナナ	
4日 (金)	ごはん 鮭の照り焼き スパゲティサラダ すまし汁	米 鮭、しょうゆ、砂糖、みりん スパゲティ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 たまねぎ、うすあげ、えのき、こまつな、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 ずいか/せんべい	21日 (月)	海の日			
5日 (火)	ダンディータイム			22日 (火)	豚丼 きゅうりともやしの和え物 みそ汁	米、豚肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 きゅうり、もやし、にんじん、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、塩、油 たまねぎ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 菓子パン	
7日 (月)	セタちらし ちくわの磯部焼き すまし汁	米、にんじん、きゅうり、鮭、きゅうり、卵、酢、砂糖、塩、のり ちくわ、青のり、小麦粉 ほうれん草、焼き鮓、えのき、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、砂糖、みりん、塩	牛乳 七塔ゼリー/ビスケット (蜜天、サイダー、みかん缶、もも缶、砂糖、みかん果汁)	23日 (火)	カレーライス コールスローサラダ チーズ バナナ	米、豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、りんご、カレールウ、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、酢、砂糖、塩、油 チーズ バナナ	牛乳 運べるホットケーキ (ホットケーキミックス、豆乳、バター、いちごジャム、ブルーベリージャム)	
8日 (火) そうめん流し	そうめん 焼きじゃが ウィンナー とうもろこし ゼリー	そうめん、うすあげ、干しいだけ、きゅうり、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、塩 じゃがいも、塩、油、青のり ウィンナー とうもろこし ゼリー	牛乳 水ようかん/せんべい (こしあん、砂糖、蜜天)	24日 (木)	ごはん ミートスパゲティ ブロックリーのツナ和え 和風スープ ゼリー	米 スパゲティ、合い挽きミンチ、たまねぎ、にんじん、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、砂糖、ウスターソース ブロックリー、にんじん、きゅうり、コーン缶、ツナ缶、酢、砂糖、塩、油 キャベツ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 マカロニきなこ (きなこ、マカロニ)	
9日 (水)	豚丼 きゅうりともやしの和え物 みそ汁 バナナ	米、豚肉、たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 きゅうり、もやし、わかめ、しらす干し、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、ほうれん草、かつお昆布だし、米みそ バナナ	牛乳 市販菓子	25日 (金)	ごはん/納豆 鮭の香味ソース焼き もやしの甘酢和え みそ汁	米、納豆 鮭、ねぎ、白ごま、小麦粉、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、かつお昆布だし もやし、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 絹ごし豆腐、うすあげ、なすび、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 煮しじゃがいも (じゃがいも)	
10日 (木)	冷やし中華 煮豆	中華麺、鶏ささみ、きゅうり、もやし、トマト、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油 金時豆、砂糖	牛乳 きなこおもち (さつまいも、きなこ、砂糖)	26日 (土)	お弁当日			牛乳 市販菓子 ゼリー
11日 (金)	ごはん 豆腐ハンバーグ もやしの和え物 すまし汁	米 鶏ひき肉、木綿豆腐、えのき、しょうが、ひじき、砂糖、みりん、しょうゆ、酒、片栗粉 もやし、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、油 うすあげ、たまねぎ、エリンギ、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	お茶 フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、みかん缶、もも缶)	28日 (月)	ごはん 鶏肉の塩焼き 春雨サラダ すまし汁 ゼリー	米 鶏もも肉、塩 春雨、にんじん、きゅうり、もやし、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 絹ごし豆腐、えのき、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 きなこおはぎ (米、きなこ、砂糖)	
12日 (土)	ツナチャーハン もやしのナムル 和風スープ ゼリー	米、ツナ缶、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しょうゆ、ごま油、塩 もやし、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油 豆腐、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 市販菓子 バナナ	29日 (火)	梅ごはん 鮭の煮つけ 野菜のおかひ和え すまし汁	米、うめぼし、ちりめんじゃこ、大葉 鮭(乳児は赤魚)、しょうが、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 にんじん、もやし、キャベツ、しょうゆ、みりん、かつおぶし 絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 ずいか/せんべい	
14日 (月)	冷やしつねうどん ひじきの煮物 煮豆 バナナ	うどん、うすあげ、わかめ、かまぼこ、かつお昆布だし、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、塩 ひじき、ウィンナー、ほうれん草、にんじん、コーン缶、かつお昆布だし、しょうゆ、みりん 金時豆、砂糖 バナナ	牛乳 きなこおはぎ (米、もち米、きなこ、砂糖)	30日 (水)	ごはん/ひじき納豆 豚しゃぶサラダ みそ汁	米、納豆、ひじき、しょうゆ 豚肉、きゅうり、もやし、レタス、トマト、米みそ、白ごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油 絹ごし豆腐、うすあげ、えのき、わかめ、たまねぎ、かつお昆布だし、米みそ	牛乳 食パン	
15日 (火)	ごはん/ひじき納豆 アカウオの野菜あんかけ コロコロサラダ すまし汁	米、ひじき、納豆、しょうゆ アカウオ、たまねぎ、にんじん、砂糖、酢、しょうゆ、小麦粉、片栗粉、油 じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 うすあげ、えのき、ほうれん草、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 チーズトースト (食パン、ビザチーズ)	31日 (木)	肉うどん きゅうりの和え物 煮豆	うどん、豚肉、かまぼこ、ねぎ、しょうが、しょうゆ、砂糖、かつお昆布だし、みりん、酒、塩 もやし、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 金時豆、砂糖	牛乳 市販菓子	
16日 (水)	煮ごはん 肉じゃが もやしとにんじんの和え物 すまし汁 デラウェア	米、押し麦 牛乳、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、糸こんにゃく、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、みりん、砂糖 もやし、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、ごま油 絹ごし豆腐、えのき、焼き鮓、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩 デラウェア	牛乳 クラッカー、チーズ					

※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。

※1、2歳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。
 ※0、1歳児はマヨネーズの代わりにドレッシング
 (酢、砂糖、塩、油) で提供しています。

おりようりの部屋：H先生・K先生