

日曜	献立	材料名
1火	軟飯~ご飯 さばの甘辛焼き たたききゅうり じゃがいものみそ汁 塩おにぎり	米 さば、酒、片栗粉、油、砂糖、しょうゆ、きゅうり、ごま油、しょうゆ たまねぎ、じゃがいも、にんじん、わかめ、ねぎ、みそ、だし汁 米、塩
2水	軟飯~ご飯 おから入りナゲット ゆかりあえ わかめスープ 牛乳(ミルク) ベビーせんべい	米 鶏ひき肉、おから、豆腐、たまねぎ、洋風だしの素、片栗粉、油、キャベツ、きゅうり、にんじん、ふりかけ わかめ、しいたけ、たまねぎ、にら、中華だしの素、水 ベビーせんべい
3木	軟飯~ご飯(鶏そぼろ) あかうおの煮付 シルバーサラダ ふのすまし汁 牛乳(ミルク) バナナ	米、鶏ひき肉、しょうゆ、あおのり あかうお、砂糖、しょうゆ はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、酢 たまねぎ、にんじん、麩、ねぎ、だし汁、しょうゆ バナナ
4金	軟飯~ご飯 ポークビーンズ オクラのかつお和え すいか 牛乳(ミルク) ふのラスク	米 豚肉、大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、水、ケチャップ、砂糖、洋風だしの素、パセリ粉 オクラ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、かつお節、しょうゆ、すいか 麩、油、砂糖
7月	軟飯~ご飯 夏野菜カレー風 キャベツの香り漬け バナナ 牛乳(ミルク) ジャムトースト	米 豚肉、たまねぎ、じゃがいも、なす、かぼちゃ、にんじん、ピーマン、油、カレー粉、中華だしの素、しょうゆ、水、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま、レモン、砂糖、バナナ 食パン、いちごジャム
8火	軟飯~ご飯 ビビンバ風あんかけ 豆腐スープ おかかおにぎり	米 豚ひき肉、ごま油、こまつな、もやし、にんじん、水、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、にら、中華だしの素、水 米、しょうゆ、ごま、かつお節
9水	軟飯~ご飯 魚とポテトのケチャップ和え 即席漬け 牛乳(ミルク) フルーツ盛り	米 ぶり、酒、片栗粉、じゃがいも、油、ケチャップ、みりん キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、だし汁 すいか、バナナ
10木	軟飯~ご飯 マーボーなす風 かりこりきゅうり煮 オレンジ 牛乳(ミルク) ベビーせんべい	米 豚ひき肉、豆腐、なす、にんじん、ねぎ、油、水、みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 きゅうり、ひじき、だし汁、酢、砂糖、しょうゆ、オレンジ ベビーせんべい
16水	軟飯~ご飯 スパゲティナポリタン 豆腐のすまし汁 オレンジ 牛乳(ミルク) レモン蒸しパン	米 スパゲティ、豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、洋風だしの素、ケチャップ 豆腐、たまねぎ、わかめ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ、オレンジ 米粉、ベーキングパウダー、ベーキングパウダー、砂糖、油、水、レモン
17木	軟飯~ご飯 鶏肉のレモン煮 かぼちゃの含め煮 野菜スープ しらすおにぎり	米 鶏肉、酒、片栗粉、油、だし汁、レモン、しょうゆ、砂糖 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ、だし汁 たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、洋風だしの素、パセリ粉 米、しらす干し、しょうゆ
18金	軟飯~ご飯 さけのマヨネーズ焼き きゅうりの昆布煮 ミネストローネ 牛乳(ミルク) バナナ	米 さけ、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉 きゅうり、にんじん、塩こんぶ、だし汁 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、水、洋風だしの素、パセリ粉 バナナ
21月	軟飯~ご飯 冷やしうどん 納豆みそ オレンジ 牛乳(ミルク) じゃがいものお焼き	米 うどん、わかめ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、みりん、しょうゆ 納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、酒、オレンジ じゃがいも、片栗粉、しょうゆ、油
22火	軟飯~ご飯 厚揚げの中華煮 春雨サラダ バナナ 牛乳(ミルク) にんじん蒸しパン	米 生揚げ、鶏ひき肉、油、たまねぎ、もやし、にんじん、にら、水、中華だしの素、砂糖、しょうゆ、片栗粉 ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、はるさめ、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、バナナ 米粉、ベーキングパウダー、ベーキングパウダー、にんじん、砂糖、油、オレンジジュース、水、酢
23水	軟飯~ご飯 さばのカレー焼き かぼちゃサラダ すまし汁 チーズ ベビーせんべい	米 さば、酒、しょうゆ、みりん、カレー粉、片栗粉、油、かぼちゃ、きゅうり、ハム、マヨネーズ、酢 たまねぎ、えのきたけ、しいたけ、にんじん、ねぎ、しょうゆ、だし汁 チーズ ベビーせんべい
24木	軟飯~ご飯 夏野菜バーグ しょうゆフレンチ フルーツヨーグルト	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、ピーマン、かぼちゃ、じゃがいも、油、ケチャップ、みりん キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油 ヨーグルト、バナナ、レーズン、コーンフレーク(無糖)
25金	軟飯~ご飯 ひじきのさらさ炒め きゃべつのツナ和え オレンジ 牛乳(ミルク) ベビーせんべい	米 ひじき、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、砂糖、しょうゆ キャベツ、きゅうり、ツナ缶、オレンジ ベビーせんべい
28月	軟飯~ご飯 トマトシチュー サラダ 牛乳(ミルク) ベビーせんべい	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、油、ホールトマト、水、洋風だしの素、ケチャップ、米粉 キャベツ、きゅうり、レーズン、油、酢、塩 ベビーせんべい
29火	軟飯~ご飯 鶏肉入りナムル煮 オニオンスープ 牛乳(ミルク) 茹でじゃが	米 鶏肉、キャベツ、きゅうり、もやし、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、酢 たまねぎ、にんじん、洋風だしの素、水、パセリ粉 じゃがいも、塩、あおのり
30水	軟飯~ご飯 大豆入りお焼き なすのみそ汁 バナナ 牛乳(ミルク) ベビーせんべい	米 大豆、さつまいも、たまねぎ、グリーンピース、米粉、塩、油 かぼちゃ、なす、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ、バナナ ベビーせんべい
31木	軟飯~ご飯 はまのしょうゆ焼き 青菜の磯和え 中華スープ 牛乳(ミルク) バナナ	米 はまのしょうゆ、みりん、片栗粉、油 キャベツ、こまつな、にんじん、炊き込みわかめ、だし汁 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、にら、水、中華だしの素、しょうゆ バナナ

※ 午前間の食時間には牛乳(ミルク)を飲みます。
 ※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。
 ※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

完了期は手づかみ食により、自分で食べる楽しみが増えます!

手づかみ食べがしやすいよう、手に持ちやすいものを準備しましょう。ごはんを小さな俵型にすると、手づかみしやすいです。