



日曜	献立	材料名
1水	全粥(えんどう) じゃがいも煮 豆腐のすまし汁	米、グリーンピース じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
2木	全粥 鶏じゃが サラダ いちご	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、しょうゆ、砂糖、だし汁 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、だし汁、片栗粉 いちご
7火	全粥 五目うどん しらすとじゃがいも煮 オレンジ	米 うどん、鶏肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ じゃがいも、しらす干し、だし汁、片栗粉 オレンジ
8水	全粥 さわらと野菜煮 みそ汁	米 さわら、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
9木	全粥～軟飯 豆腐と野菜のみそ煮 菜アスパラ煮 オレンジ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、みそ、だし汁、片栗粉 アスパラガス、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ オレンジ
10金	全粥 高野豆腐と野菜煮 サラダ煮	米 凍り豆腐、たまねぎ、じゃがいも、だし汁、しょうゆ キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉
13月	全粥 鶏肉と野菜煮 レモンサラダ バナナ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、レモン、しょうゆ、だし汁 バナナ
14火	全粥 あかうおとじゃがいも煮 野菜スープ	米 あかうお、じゃがいも、しょうゆ、だし汁、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ
15水	全粥 中華スープ 三色サラダ	米 鶏肉、片栗粉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ ブロッコリー、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉
16木	全粥 あかうおと野菜煮 じゃがいものみそ汁	米 あかうお、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
17金	全粥 ポークビーンズ風 青菜のツナ煮 オレンジ	米 大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 こまつな、キャベツ、にんじん、ツナ缶、だし汁、片栗粉 オレンジ
20月	全粥 そうめん 納豆みそ バナナ	米 そうめん、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ 納豆、たまねぎ、みそ、だし汁 バナナ
21火	全粥 焼き豆腐煮 ほうれん草煮 オレンジ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖、だし汁 ほうれん草、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 オレンジ
22水	全粥 あかうおとささみ煮 すまし汁	米 あかうお、片栗粉、ささ身、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、にんじん、麩、しょうゆ、だし汁
23木	全粥 鶏と野菜のあんかけ 豆腐スープ バナナ	米 鶏ひき肉、こまつな、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ バナナ
24金	全粥 鶏肉と野菜煮 野菜煮 オレンジ	米 鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
27月	全粥 鶏肉と野菜煮 アスパラサラダ オレンジ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 アスパラガス、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
28火	全粥 さわらと野菜煮 オニオンスープ	米 さわら、キャベツ、たまねぎ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
29水	全粥 つぶし大豆と野菜煮 新玉ねぎのみそ汁	米 大豆、さつまいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 たまねぎ、じゃがいも、キャベツ、にんじん、だし汁、みそ
30木	全粥 ツナのサラダ煮 すまし汁	米 ツナ缶、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、片栗粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
31金	全粥 豆腐とじゃが芋煮 サラダ煮	米 生揚げ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉 キャベツ、にんじん、きゅうり、オレンジ、砂糖、だし汁

※ 離乳食後は欲しがるだけミルクを飲みます。  
また、午前、午後の間食時間にもミルクを飲みます。  
※ 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。

～お茶や白湯で水分補給をしましょう～  
お風呂上りや散歩の後など、のどの渇いている時には、お茶や白湯で水分補給をしましょう。暑い時は定期的にとすると良いですね。