

# 2024年 7月 離乳食献立表

法光院こども園

《中期》

月	火	水	木	金	土
1・29	2・16・30	3・17・31	4・18	5・19	6
<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・鮭ほぐし煮</li> <li>・かぼちゃ煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・ささみほぐし煮</li> <li>・ブロッコリー煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・豆腐煮</li> <li>・トマト煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・鯛ほぐし煮</li> <li>・じゃが芋煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・ほうれん草煮</li> <li>・さつま芋煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜入りおかゆ</li> <li>・果物</li> </ul> <p>20日 幼児運動発表会</p>
3時のおやつ					
8・22	9・23	10・24	11・25	12・26	13・27
<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・ブロッコリー煮</li> <li>・じゃが芋煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・鮭ほぐし煮</li> <li>・かぼちゃ煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・豆腐煮</li> <li>・トマト煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・鯛ほぐし煮</li> <li>・さつま芋煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おかゆ</li> <li>・すまし汁</li> <li>・ささみほぐし煮</li> <li>・キャベツ煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜入りおかゆ</li> <li>・果物</li> </ul>
3時のおやつ					

## 《夏野菜を食べよう》

夏野菜は水分を多く含み、体温を下げる働きがあります。汗をかいて失われるミネラルやビタミン類も豊富で、だるさや疲れを取ってくれます。旬の野菜のトマト、きゅうり、ピーマン、なす、とうもろこし、かぼちゃなどを食べて、暑い夏を乗り切りましょう！



※こども園の行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

2024年 7月 離乳食献立表

法光院こども園

《後期》

月	火	水	木	金	土
1・29	2・16・30	3・17・31	4・18	5・19	6
・軟飯 ・すまし汁 ・鮭ほぐし煮 ・かぼちゃ煮 ・ほうれん草煮 ・果物	・軟飯 ・すまし汁 ・ささみほぐし煮 ・ブロッコリー煮 ・玉葱柔らか煮 ・果物	・軟飯 ・すまし汁 ・豆腐煮 ・人参柔らか煮 ・トマト煮 ・果物	・軟飯 ・みそ汁 ・鯛ほぐし煮 ・じゃが芋煮 ・三度豆煮 ・果物	・パン ・パンプキン ・スープ ・鱈ほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・さつま芋煮 ・果物	・野菜入りおかゆ ・果物  20日 幼児運動発表会
3時のおやつ					
パスティック	お菓子	バナナ	お菓子	ヨーグルト	お菓子
8・22	9・23	10・24	11・25	12・26	13・27
・軟飯 ・すまし汁 ・鱈ほぐし煮 ・じゃが芋煮 ・ブロッコリー煮 ・果物	・軟飯 ・みそ汁 ・鮭ほぐし煮 ・三度豆煮 ・かぼちゃ煮 ・果物	・軟飯 ・すまし汁 ・豆腐煮 ・ほうれん草煮 ・トマト煮 ・果物	・軟飯 ・すまし汁 ・鯛ほぐし煮 ・さつま芋煮 ・玉葱柔らか煮 ・果物	・パン ・コーンスープ ・ささみほぐし煮 ・人参柔らか煮 ・キャベツ煮 ・果物	・野菜入りおかゆ ・果物
3時のおやつ					
バナナ	お菓子	きな粉蒸しパン	お菓子	ヨーグルト	お菓子

《夏野菜を食べよう》

夏野菜は水分を多く含み、体温を下げる働きがあります。汗をかいて失われるミネラルやビタミン類も豊富で、だるさや疲れを取ってくれます。旬の野菜のトマト、きゅうり、ピーマン、なす、とうもろこし、かぼちゃなどを食べて、暑い夏を乗り切りましょう！



※こども園の行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

2024年 7月 離乳食献立表

光院こども園

《完了》

月	火	水	木	金	土
1・29	2・16・30	3・17・31	4・18	5・19	6
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・エビカツ</li> <li>・豆のキーマカレー風</li> <li>・茄子塩昆布あえ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉うどん</li> <li>・筑前煮</li> <li>・魚介ナゲット</li> <li>・オクラサラダ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・中華丼</li> <li>・ちくわ煮</li> <li>・アスパラサラダ</li> <li>・チーズ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ます塩焼</li> <li>・三度豆含め煮</li> <li>・肉団子甘酢</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・パンプキンスープ</li> <li>・鶏のトマト煮</li> <li>・コロッケ</li> <li>・ほうれん草煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・にゅうめん</li> <li>・果物</li> </ul> <p>20日 幼児運動発表会</p>
3時のおやつ					
コンソメ ラスク	お菓子	バナナ	ひじき入り お好み焼き	ゼリー	お菓子
8・22	9・23	10・24	11・25	12・26	13・27
<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏肉うどん</li> <li>・あじ竜田揚げ</li> <li>・じゃが芋煮</li> <li>・ブロッコリーかつおあえ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・豚肉生姜炒め</li> <li>・ひじき煮</li> <li>・南瓜ごまあえ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・カレーシチュー</li> <li>・ウィンナー</li> <li>・胡瓜サラダ</li> <li>・チーズ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉うどん</li> <li>・にしん照り煮</li> <li>・茄子の煮付け</li> <li>・さつま芋煮</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・コーンスープ</li> <li>・チキン照焼</li> <li>・ゴーヤチャンプル</li> <li>・キャベツサラダ</li> <li>・果物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・肉うどん</li> <li>・果物</li> </ul>
3時のおやつ					
寒天入り フルーツポンチ	お菓子	きな粉蒸しパン	カナッペ	とうもろこし おにぎり	お菓子

《夏野菜を食べよう》

夏野菜は水分を多く含み、体温を下げる働きがあります。汗をかいて失われるミネラルやビタミン類も豊富で、だるさや疲れを取ってくれます。旬の野菜のトマト、きゅうり、ピーマン、なす、とうもろこし、かぼちゃなどを食べて、暑い夏を乗り切りましょう！



※こども園の行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

	(月) 1・29	(火) 2・16・30	(水) 3・17・31	(木) 4・18	(金) 5・19	(土) 6
献立と食材料	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁 ブロッコリー・人参・南瓜 味噌 だし昆布 混合だし</li> <li>・エビカツ エビカツ 油</li> <li>・豆のキーマカレー風 豚ミンチ 大豆水煮 玉葱 コーン 人参 ダイストマト ケチャップ コンソメ さとう カレールウ</li> <li>・なすのソテー なす オリーブオイル 塩</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉うどん ゆでうどん 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 みりん しょうゆ</li> <li>だし昆布 混合だし</li> <li>・筑前煮 鶏肉 ごぼう 人参 突きこんにゃく れんこん 絹さや かつおだし さとう しょうゆ</li> <li>・魚介ナゲット 魚介ナゲット 油</li> <li>・オクラサラダ オクラ きゅうり かにかま 青じそドレッシング</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・中華丼 豚肉 キャベツ 玉葱 筍 人参 ガラスープ さとう しょうゆ 塩</li> <li>・ちくわ煮 ちくわ かつおだし さとう しょうゆ</li> <li>・アスパラサラダ アスパラ ツナフレーク 人参 和風ドレッシング</li> <li>・チーズ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁 じゃがいも わかめ 青ね 味噌 だし昆布 混合だし</li> <li>・ます塩焼</li> <li>・三度豆含め煮 三度豆 油揚 人参 えのき かつおだし さとう しょうゆ</li> <li>・肉団子甘酢あん</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・パンプキンスープ スープの素 牛乳</li> <li>・鶏のトマト煮 鶏肉 玉葱 人参 むぎ枝豆 なす ダイストマト コーン コンソメ ケチャップ さとう しょうゆ</li> <li>・星のコロッケ コロッケ 油</li> <li>・チンゲン菜ゆかりあえ チンゲン菜 太もやし しめじ ゆかり</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・にゅうめん 冷麦 油揚 人参 わかめ ささみフレーク さとう かつおだし しょうゆ</li> </ul> <p><b>20日</b> <b>幼児運動発表会</b></p>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・コンソメラスク (食パン 粉チーズ コンソメ 油)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・お菓子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・バナナ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ひじき入りお好み焼き (お好み焼き粉 ひじき キャベツ 卵 ちくわ 人参 天かす 花かつお 青のり)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・ゼリー (ゼリーの素)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お菓子</li> </ul>
延長保育	バナナ	バームクーヘン	ドーナツ	パン	お菓子	
	(月) 8・22	(火) 9・23	(水) 10・24	(木) 11・25	(金) 12・26	(土) 13・27
献立と食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏肉うどん ゆでうどん 鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 みりん しょうゆ だし昆布 混合だし</li> <li>・あじ竜田揚げ あじ しょうゆ 生姜 片栗粉 油</li> <li>・五目豆 大豆水煮 グリンピース こんにゃく 人参 ごぼう 刻み昆布 かつおだし さとう しょうゆ</li> <li>・ブロッコリーかつおあえ ブロッコリー カリフラワー 人参 花かつお しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁 高野豆腐 えのき 人参 味噌 だし昆布 混合だし</li> <li>・豚肉の生姜炒め 豚肉 玉葱 ピーマン パプリカ 生姜 油 さとう しょうゆ</li> <li>・ひじき煮 ひじき 油揚 人参 三度豆 かつおだし さとう しょうゆ</li> <li>・南瓜ごまあえ 南瓜 さつま芋 すりごま さとう しょうゆ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・カレーシチュー 鶏肉 じゃがいも 玉葱 人参 グリンピース カレールウ</li> <li>・ウィンナー</li> <li>・マカロニサラダ マカロニ 胡瓜 人参 ツナフレーク マヨネーズ</li> <li>・チーズ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉うどん ゆでうどん 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 みりん しょうゆ だし昆布 混合だし</li> <li>・にしん照り煮</li> <li>・なすの煮付け なす 人参 油揚 かつおだし さとう しょうゆ 絹さや</li> <li>・小松菜海苔あえ 小松菜 太もやし ポークハム</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・コーンスープ スープの素 牛乳</li> <li>・チキン照焼</li> <li>・ゴーヤチャンプル 焼豆腐 豚肉 ズッキーニ ゴーヤ 玉葱 人参 油 しょうゆ 塩 さとう</li> <li>・キャベツサラダ キャベツ お魚ソーセージ 胡麻ドレッシング 人参</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・肉うどん 冷凍うどん 牛肉 かまぼこ 人参 青ねぎ かつおだし さとう しょうゆ</li> </ul>
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・寒天入りフルーツポンチ (みかん缶 バナナ パイン缶 寒天 サイダー)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・お菓子</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・きな粉蒸しパン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・カナッペ (クラッカー ジャム チーズ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・牛乳</li> <li>・とうもろこしおにぎり (米 とうもろこし 塩 だし昆布)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お菓子</li> </ul>
延長保育	バナナ	ドーナツ	パン	カステラ	お菓子	

《夏野菜を食べよう》

夏野菜は水分を多く含み、体温を下げる働きがあります。汗をかいて失われるミネラルやビタミン類も豊富で、だるさや疲れを取ってくれます。旬の野菜のトマト、きゅうり、ピーマン、なす、とうもろこしかぼちゃなどを食べて、暑い夏を乗り切りましょう！



※こども園の行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。