



令和 4年 7月

さくらの木保育園 離乳食 献立表



\* 上段が午前食、下段が午後食です。  
\* 食後にミルクを飲みます。 \* 毎食コーンスターチを使用します  
\* 行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。

	12~15ヶ月	9~11ヶ月	7~9ヶ月	5~6か月	主な食材		12~15ヶ月	9~11ヶ月	7~9ヶ月	5~6か月	主な食材	
1 ・ 15 (金)	ツナナポリタン フレンチサラダ 豆腐スープ 果物 牛乳 蒸しパン スティック人参	ツナナポリタン フレンチサラダ 豆腐スープ	お粥 豆腐煮 キャベツ煮 人参煮 スープ	お粥 豆腐煮 人参煮 スープ	スパゲティ ビーマン 人参 玉葱 ツナ缶 ケチャップ 塩 キャベツ きゅうり 酢 三温糖 油 豆腐 チンゲン菜 昆布 鰹節 しょうゆ	11 ・ 25 (月)	ごはん 松風焼き なすとじゃこの炒め トマト 清汁 果物 牛乳 肉うどん スティック人参	軟飯 松風焼き なすとじゃこの炒め トマト 清汁	お粥 高野豆腐煮 人参煮 トマト煮 スープ	お粥 高野豆腐煮 人参煮 スープ	米 鶏肉 人参 長ねぎ 味噌 三温糖 酒 パン粉 胡麻油 茄子 しらす しょうゆ トマト 昆布 鰹節 もやし ほうれん草 塩 高野豆腐	
2 ・ 16 (土)	トースト ローストチキン ポテトコーンソー スープ 果物 牛乳 ホットケーキ ゆでブロッコリー	トースト ローストチキン ポテトコーンソー スープ	パン粥 ささ身煮 じゃが芋煮 ブロッコリー煮 スープ	お粥 ささ身煮 人参煮 スープ	食パン 鶏肉 玉葱 しょうゆ みりん 油 じゃが芋 人参 コーン缶 ブロッコリー 塩 オリーブ油 昆布 鰹節	12 (火) ・ 30 (土)	トースト 豚肉のカレー炒め 大根サラダ キャベツスープ 果物 牛乳 ゆかりおにぎり 紅白煮	トースト 豚肉のカレー風味 大根サラダ スープ	パン粥 ささ身煮 ほうれん草煮 人参煮 スープ	お粥 ささ身煮 ほうれん草煮 スープ	食パン 豚肉 鶏肉 油 玉葱 ビーマン 人参 三温糖 塩 酢 カレー粉 大根 ほうれん草 コーン缶 しょうゆ ごま油 昆布 鰹節 キャベツ 米	
4 (月) ・ 21 (木)	ごはん 鮭の南蛮漬け さつま芋サラダ 味噌汁 果物 牛乳 シュガートースト いちごジャムヨーグルト	軟飯 鮭の南蛮漬け さつま芋サラダ 味噌汁	お粥 白身魚煮 さら豆煮 さつま芋煮 スープ	お粥 白身魚煮 さつま芋煮 スープ	米 鮭 白身魚 塩 片栗粉 油 玉葱 きゅうり 酢 三温糖 さつま芋 人参 そら豆 茄子 マヨネーズ 煮干し 昆布 鰹節 小松菜	13 ・ 27 (水)	どうもろこしごはん 白身魚の照り焼き 炒り豆腐 味噌汁 果物 牛乳 スイートポテト スープ	軟飯 白身魚の照り焼き 炒り豆腐 味噌汁	お粥 白身魚煮 玉葱煮 かぼちゃ煮 スープ	お粥 白身魚煮 かぼちゃ煮 スープ	米 どうもろこし 油 しょうゆ 白身魚 三温糖 豆腐 ひじき 人参 玉葱 いんげん 片栗粉 鰹節 煮干し 味噌 大根 長葱 さつま芋 かぼちゃ 昆布	
5 ・ 19 (火)	トースト ポークチャップ ズッキーニと キャベツのソテー パンパキンスープ 果物 牛乳 とりそぼろおにぎり スープ	トースト ポークチャップ ズッキーニと キャベツのソテー パンパキンスープ	パン粥 ささ身煮 キャベツ煮 人参煮 スープ	お粥 ささ身煮 キャベツ煮 スープ	食パン 豚肉 鶏肉 塩 片栗粉 油 ケチャップ ソース 三温糖 キャベツ ズッキーニ オリーブ 油 昆布 鰹節 玉葱 南瓜 牛乳 パセリ粉 クリームコーン	14 (木)	ごはん 豚肉の味噌煮込み お浸し 清汁 果物 牛乳 いちごジャムパン 大根スティック	軟飯 豚肉の味噌煮込み お浸し 清汁	お粥 ささ身煮 白菜煮 人参煮 スープ	お粥 ささ身煮 ほうれん草煮 スープ	米 豚肉 人参 大根 油 味噌 ほうれん草 白菜 もやし しょうゆ 鰹節 かぼちゃ 茄子 鶏肉 昆布	
6 ・ 20 (水)	ごはん 豚肉と茄子の炒め物 おくらのおかか和え 冬瓜スープ 果物 牛乳 チーズラスク ゆで野菜	軟飯 豚肉と茄子の味噌炒め おくらのおかか和え 冬瓜スープ	お粥 お麩煮 人参煮 玉葱煮 スープ	お粥 お麩煮 人参煮 スープ	米 豚肉 茄子 玉葱 ビーマン 赤ビーマン 油 味噌 しょうゆ おくら 鰹節 昆布 冬瓜 人参 もやし 塩 麩	22 (金) 夏遊 び	焼きうどん バター醤油とうもろこし ゆでキャベツ スープ 果物 牛乳 おかかおにぎり スティックじゃが芋	焼きうどん キャベツと じゃが芋のソテー スープ	お粥 豆腐煮 キャベツ煮 人参煮 スープ	お粥 豆腐煮 さつま芋煮 スープ	乾麺 キャベツ 玉葱 豚肉 油 ソース 青のり 塩 昆布鰹節 しょうゆ 豆腐 人参 バター 米 高野豆腐 じゃが芋 とうもろこし さつま芋	
7 (木) 七夕	七塔うどん とうもろこし ゆでブロッコリー 果物 牛乳 トースト 具だくさんスープ	七塔うどん とうもろこし ゆでブロッコリー	お粥 ささ身煮 トマト煮 ブロッコリー煮 スープ	お粥 ささ身煮 ブロッコリー煮 スープ	乾麺 人参 キャベツ おくら トマト 豚肉 油 昆布 鰹節 しょうゆ みりん とうもろこし ブロッコリー マヨネーズ 米 鶏肉	28 (木)	野菜うどん 人参のソテー スティックきゅうり 果物 牛乳 ツナマヨトースト キャベツのおかか和え	野菜うどん 人参のソテー スティックきゅうり	お粥 高野豆腐煮 かぼちゃ煮 トマト煮 スープ	お粥 高野豆腐煮 かぼちゃ煮 スープ	乾麺 キャベツ 玉葱 豚肉 コーン缶 油 昆布 鰹節 しょうゆ 南瓜 トマト 三温糖 人参 胡麻油 きゅうり 塩 米 高野豆腐	
8 ・ 29 (金)	ごはん 鶏肉と豆腐の煮物 塩もみ野菜 味噌汁 果物 牛乳 ホバイスバゲティ スティックさつま芋	軟飯 鶏肉と豆腐の煮物 塩もみ野菜 味噌汁	お粥 豆腐煮 きゅうり煮 さつま芋煮 スープ	お粥 豆腐煮 さつま芋煮 スープ	米 鶏肉 じゃが芋 人参 油 しょうゆ 三温糖 さやえんどう 赤ビーマン キャベツ きゅうり 塩 胡麻油 煮干し 味噌 わかめ 長ねぎ さつま芋 豆腐 昆布	26 (火) 誕生会	トースト ハンバーグ トマトサラダ スープ 果物 牛乳 カップケーキフルーツ添え ゆでブロッコリー	トースト ハンバーグ トマトサラダ スープ	パン粥 ささ身煮 トマト煮 ブロッコリー煮 スープ	お粥 ささ身煮 人参煮 スープ	食パン 豚肉 鶏肉 玉葱 ソース パン粉 塩 牛乳 油 ケチャップ パセリ粉 トマト きゅうり 酢 三温 糖 昆布 鰹節 人参 チンゲン菜 米	
9 ・ 23 (土)	チャーハン ツナサラダ さつま芋の甘煮 スープ 果物 牛乳 ホットケーキ スティック人参	チャーハン ツナサラダ さつま芋の甘煮 スープ	お粥 ささ身煮 さつま芋煮 キャベツ煮 スープ	お粥 ささ身煮 さつま芋煮 スープ	米 豚肉 鶏肉 長ねぎ コーン缶 ビーマン 塩 しょうゆ キャベツ 人参 ツナ缶 三温糖 さつま芋 昆布 鰹節 玉葱 わかめ							



本格的に暑くなってきましたね。  
7月はとうもろこし、冬瓜、トマトなどの夏が  
旬の食材を多く取り入れています。

