



7月の給食(離乳食献立)だより



ま保育園

令和7年

日	曜	献立名(材料名)
1	火	おかゆ・スープ(豆腐・ねぎ)・白身魚のあんかけ(白身魚・片栗粉・玉ねぎ・キャベツ・トマト) 野菜の白和え(人参・きゅうり・豆腐)・焼きバナナ(バナナ)
2	水	おかゆ・スープ(春雨・人参・ブロッコリー)・肉団子の甘酢あんかけ(挽肉・玉ねぎ・豆腐・きなこ・片栗粉) 野菜のお浸し(キャベツ・人参・もやし・しらす干し)
3	木	おかゆ・味噌汁(じゃがいも・豆腐・ねぎ)・ひじき煮(挽肉・ひじき・人参・玉ねぎ) 小松菜ともやしのり和え(小松菜・もやし・人参・刻みのり)
4	金	おかゆ・スープ(人参・玉ねぎ)・和風ミートローフ(挽肉・豆腐・玉ねぎ・人参・きなこ) キャベツともやしのおかか和え(キャベツ・人参・もやし・小松菜・かつお節)
5	土	煮込みうどん(うどん・人参・玉ねぎ・小松菜・ねぎ・昆布だし) ポテकिनぴら(じゃがいも・豆腐・春雨・人参)
7	月	七夕そうめん(そうめん・挽肉・人参・オクラ・ねぎ)・人参マッシュ(人参) コールスローサラダ(キャベツ・きゅうり・コーン)
8	火	おかゆ・味噌汁(豆腐・カットわかめ・ねぎ)・魚のポテト焼き(白身または赤身の魚・じゃがいも・玉ねぎ) カラフルひじき(ひじき・人参・小松菜・コーン)
9	水	おかゆ・スープ(玉ねぎ・ねぎ)・肉団子のトマト煮(挽肉・人参・玉ねぎ・豆腐・きなこ・トマト) ブロッコリーの旨煮(ブロッコリー)
10	木	おかゆ・味噌汁(小松菜)・高野豆腐のそぼろ煮(挽肉・高野豆腐・人参・玉ねぎ・片栗粉) 和風サラダ(ツナ・キャベツ・人参・きゅうり・すりごま)
11	金	おかゆ・澄まし汁(小松菜)・鶏団子の旨煮(挽肉・玉ねぎ・片栗粉・トマト) 野菜の煮浸し(かぼちゃ・さやいんげん・人参・かつお節)・焼きバナナ(バナナ)
12	土	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・人参・小松菜・昆布だし) じゃがいもとピーマンのきんぴら(人参・ピーマン・じゃがいも・すりごま)
14	月	おかゆ・クリームシチュー(挽肉・人参・玉ねぎ・かぼちゃ・片栗粉) 小松菜ともやしの中華和え(小松菜・人参・もやし・カットわかめ)
15	火	おかゆ・味噌汁(豆腐・ねぎ)・豚肉と野菜の旨煮(挽肉・玉ねぎ・小松菜) かぼちゃマッシュ(かぼちゃ)・焼きバナナ(バナナ)
16	水	おかゆ・スープ(春雨・小松菜・人参)・麻婆豆腐(挽肉・なす・オクラ・人参・ピーマン・豆腐・片栗粉) 刻みトマト(トマト)
17	木	おかゆ・スープ(人参・玉ねぎ・じゃがいも・キャベツ・さやいんげん)・鶏つくね(挽肉・ねぎ・片栗粉) ブロッコリーのごま和え(ブロッコリー・すりごま)
18	金	おかゆ・味噌汁(カットわかめ・玉ねぎ)・野菜のそぼろ炒め(挽肉・玉ねぎ・ピーマン) 野菜のトマト煮(じゃがいも・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・トマト)
19	土	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・カットわかめ・人参・オクラ・ねぎ・昆布だし) ツナサラダ(ツナ・キャベツ・人参・すりごま)
22	火	おかゆ・澄まし汁(豆腐・ねぎ)・魚のごま味噌煮(白身または赤身の魚・すりごま) 小松菜ともやしのお浸し(小松菜・もやし・人参・かつお節)
23	水	おかゆ・味噌汁(じゃがいも・カットわかめ・ねぎ)・野菜のそぼろ煮(挽肉・玉ねぎ ・人参・片栗粉)・野菜のお浸し(小松菜・人参・もやし)
24	木	おかゆ・味噌汁(なす・ねぎ)・和風ラタトゥイユ(挽肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ズッキーニ) きなこサラダ(ブロッコリー・人参・きなこ)
25	金	おかゆ・味噌汁(豆腐・小松菜・ねぎ)・豚肉と野菜の旨煮(挽肉・玉ねぎ・人参・小松菜・ピーマン) 和風サラダ(もやし・きゅうり・人参)・焼きバナナ(バナナ)
26	土	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・玉ねぎ・人参・小松菜・昆布だし) 人参の旨煮(人参)
28	月	おかゆ・クリームシチュー(挽肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・かぼちゃ・片栗粉) 和風サラダ(人参・キャベツ・もやし・きゅうり)
29	火	おかゆ・味噌汁(カットわかめ・豆腐・ねぎ)・魚と野菜の味噌焼き(白身または赤身の魚・ピーマン ・玉ねぎ・人参)・じゃがいもと人参のきんぴら(じゃがいも・人参)
30	水	おかゆ・スープ(小松菜・じゃがいも)・ツナ入りハンバーグ(挽肉・ツナ・豆腐・ひじき・玉ねぎ・片栗粉) 彩り野菜のナムル(キャベツ・もやし・人参・きゅうり・すりごま)
31	木	おかゆ・味噌汁(もやし・ねぎ)・野菜のそぼろ煮(挽肉・人参・玉ねぎ) キャベツと人参のごま和え(キャベツ・人参・小松菜・すりごま)

