



7月献立表



2019年07月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名 <small>(◎はおやつ材料)</small>		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1月	ごはん 肉じゃが おかかかえ わかめみそ汁	保育乳 じゃこトースト	保育乳、豚肉、みそ、○ピザ用チーズ、○しらす干し	米、○食パン、じゃがいも、○マヨネーズ	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ごまつな、えのきたけ、○たまねぎ、○コーン缶、ねぎ、カットわかめ
2火	あわごはん 鶏の甘辛煮 切り干し大根の和え物 キャベツすまし汁 オレンジ	保育乳 芋てんぷら	保育乳、鶏もも肉、厚揚げ、豚肉	○さつまいも、米、○小麦粉、○揚げ油、あわ、油、砂糖	○オレンジ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、切り干しだいこん
3水	七夕ちらし寿司 チキン照り焼き ポテトフライ そうめん グリーンサラダ フルーツポンチ	保育乳 ジャムパン	食育会☆☆セタランチバイキング☆☆		
4木	ごはん 豚と野菜しょうが焼き マッシュポテト 豆腐スープ パン缶	保育乳 チヂミ	保育乳、豚肉、○調製豆乳、沖縄豆腐、○ツナ油漬缶		○パン缶、ごまつな、たまねぎ、にんじん、○コーン缶、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干しだいこん、○にら、長ねぎ、しょうが、カットわかめ
5金	ごはん 鶏のパン煮 オクラ和え物 冬瓜スープ	保育乳 星のフルーツ白玉クラッカー	保育乳、鶏手羽肉、さけ、○絹ごし豆腐、ツナ油漬缶	米、○白玉粉、砂糖、三温糖、○砂糖、○焼ふ(星の麩)	○りんごジュース、パン缶、○もも缶、○みかん缶、○バナナ、とうがんと、にんじん、コーン缶、えのきたけ、オクラ、大根葉ふりかけ、ねぎ、刻みのみり、ひじき
6土	焼きそば オレンジ 	保育乳 ホットドック	豚肉、ウィンナー	ゆで中華めん、油○小麦粉、	オレンジ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン
8月	あわごはん 豚なすみそ炒め 和風スパゲティサラダ ポテトスープ 黄桃	保育乳 おかかシラスおにぎり	保育乳、豚肉、ツナ油漬缶、○しらす干し、みそ	○米、米、じゃがいも、サラダ用スパゲティ、あわ、油、砂糖、○砂糖、○白ごま	もも缶、たまねぎ、にんじん、なす、ごまつな、きゅうり、ピーマン、カットわかめ
9火	中華どんぶり ナムル オレンジ	保育乳 ごまちゃんすこう	保育乳、豚肉、白身魚(キング)、ツナ油漬缶	米、○小麦粉、○三温糖、○ラード、砂糖、ごま油、○白ごま、片栗粉、○すりごま、揚げ油、油	○オレンジ、にんじん、ごまつな、ヤングコーン、赤ピーマン、きゅうり、切り干しだいこん、黒きくらげ、しょうが
10水	麦ごはん オクラ納豆 切干大根と豚肉炒め物 鶏と野菜みそ汁 すいか	保育乳 シラス野菜かき揚げ	保育乳、鶏もも肉、挽きわり納豆、豚肉、みそ、○しらす干し	米、○さつまいも、○小麦粉、○油、押麦、ごま油、砂糖	○すいか、にんじん、とうがんと、もやし、チンゲンサイ、○たまねぎ、ピーマン、コーン缶、オクラ、切り干しだいこん、○ゴーヤー、黒きくらげ
11木	ごはん 鶏肉の照り焼き パパイアイリチー 豚汁 オレンジ	保育乳 ストーンクッキー	保育乳、鶏もも肉、豚肉、みそ、ツナ油漬缶、○卵、○牛乳	米、じゃがいも、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○コーンフレーク、砂糖、油	○オレンジ、パパイア(未熟果)、にんじん、ごぼう、長ねぎ、○レーズン、にら、ひじき、しょうが
12金	肉わかめうどん ちくわいソベ揚げ バナナ	保育乳 パン	保育乳、豚肉、ちくわ、○豚ひき肉	ゆでうどん、○米、小麦粉、油、砂糖、すりごま	○バナナ、キャベツ、にんじん、○にんじん○ねぎ、カットわかめ、あおのり、だしこんぶ
13土	そぼろどんぶり パン缶 	保育乳 カレーおにぎり	豚ひき肉、保育乳	米、油	ごまつな、パン缶、にんじん、コーン缶、しょうが、ピーマン、玉ねぎ
15月	海 の 日 				
16火	ドライカレー ウィンナー オクラおかかかえ キャベツスープ 黄桃	保育乳 切干し大根ヒラヤーチー	保育乳、豚ひき肉、○調製豆乳、ウィンナー、○しらす干し	米、○小麦粉、○油	○もも缶、たまねぎ、にんじん、キャベツ、コーン缶、えのきたけ、ピーマン、オクラ、○にんじん、○にら、○切り干しだいこん、にんじく、カットわかめ
17水	あわごはん 鶏のみそ焼き ゴーヤーチャンプルー わかめスープ すいか	保育乳 芋くずてんぷら	保育乳、鶏もも肉、沖縄豆腐、卵、油揚げ、みそ	米、○さつまいも、○白玉粉、○さつまいもでん粉、○油、○砂糖、あわ、砂糖、油、白ごま、ごま油	○すいか、たまねぎ、ゴーヤー、にんじん、えのきたけ、カットわかめ
18木	ごはん 魚ケチャップあん もずくチャンプルー じゃが芋みそ汁 黄桃	保育乳 バナナケーキ	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、○卵、みそ、○牛乳	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○無塩バター、揚げ油、○砂糖、油、片栗粉	○もも缶、○バナナ、キャベツ、もやし、にんじん、ごまつな、えのきたけ、もずく、ねぎ
19金	ごはん 魚のカレー揚げ 乾物の炒め和え 冬瓜スープ オレンジ	保育乳 さつまいものケーキ	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、○卵、油揚げ、○牛乳、○チーズ	米、○さつまいも、○ホットケーキ粉、小麦粉、○無塩バター、油、ごま油、はるさめ、砂糖、○砂糖	○オレンジ、とうがんと、ごまつな、にんじん、ピーマン、かんぴょう(乾)、ひじき、干しいたけ
20土	☆ お弁当 ☆ 夏まつりの為午前保育 				
22月	豚玉どんぶり キャベツとヒジキ炒め オレンジ	保育乳 豆乳くずもち	保育乳、○調製豆乳、卵、豚肉、ツナ油漬缶、○きな粉	米、○タピオカ粉、○黒砂糖、油	オレンジ、○たまねぎ、キャベツ、にんじん、ごぼう、えのきたけ、ピーマン、にら、ひじき、しょうが
23火	ごはん マーボーヘチマ豆腐 春雨サラダ 青菜スープ	保育乳 ホットケーキ バナナ	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、○調製豆乳、油揚げ、みそ	米、○ホットケーキ粉、じゃがいも、はるさめ、○油、三温糖、ごま油、油、砂糖、片栗粉	○バナナ、ごまつな、長ねぎ、へちま、にんじん、きゅうり、えのきたけ、○シイクワシャー生果汁、赤ピーマン、ピーマン、ねぎ、しょうが、カットわかめ
24水	ピラフ 鶏肉唐揚げ パセリポテト キャベツサラダ コーンワカメスープ パン缶	保育乳 シーカーサーケーキ	保育乳、鶏もも肉、○卵、豚ひき肉、ツナ油漬缶、○ゼラチン	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○砂糖、○無塩バター、○生クリーム、片栗粉、油	パン缶、キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、えのきたけ、○シイクワシャー生果汁、赤ピーマン、ピーマン、ねぎ、しょうが、カットわかめ
25木	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ 冬瓜スープ すいか	保育乳 羊かりんとう	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	○さつまいも、米、○黒砂糖、押麦、○油、砂糖、油、○白ごま、片栗粉	○すいか、とうがんと、にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが
26金	野菜みそラーメン 鶏手羽煮付け オレンジ	保育乳 青菜おにぎり	保育乳、鶏手羽肉、豚肉、みそ	ゆで中華めん、○米、砂糖、○白ごま	オレンジ、キャベツ、もやし、にんじん、○大根葉ふりかけ、コーン缶、赤ピーマン、にら
27土	もずくどんぶり 黄桃 	保育乳 ちゃんすこう	保育乳、豚ひき肉	米、片栗粉、砂糖、小麦粉	もも缶、もずく、コーン缶、ピーマン、赤ピーマン、しょうが
29月	ごはん チキンラタトゥユ オクラサラダ 青菜スープ	保育乳 ポテトサンド	保育乳、鶏もも肉、豚肉、ウィンナー、ちくわ、○ツナ油漬缶	米、○ロールパン、○じゃがいも、○マヨネーズ、砂糖、油	たまねぎ、なす、トマト、にんじん、チンゲンサイ、オクラ、へちま、しめじ、きゅうり、○コーン缶、○きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、にんじく
30火	たきこみごはん チクワごま揚げ おかかかえ さつま芋みそ汁 バナナ	保育乳 黒糖蒸しケーキ	保育乳、豚肉、ちくわ、○調製豆乳、鶏もも肉、○卵、みそ	米、さつまいも、○ホットケーキ粉、小麦粉、○油、油、○黒砂糖、白ごま	○バナナ、にんじん、もやし、ごまつな、ごぼう、たけのこ(ゆで)、長ねぎ、ねぎ、干しいたけ
31水	あわごはん 鮭フライ 切り干し大根の和え物 ジャガイモみそ汁	保育乳 ジャムスコーン	保育乳、さけ、○プレーンヨーグルト、みそ、○卵	米、じゃがいも、○強力粉、○無塩バター、油、小麦粉、○三温糖、パン粉、あわ	○すいか、にんじん、しめじ、ごまつな、○マーマレード、ねぎ、切り干しだいこん

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



7月離乳食こんだて表①



2019年7月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	カや熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ野菜ペースト	7倍がゆ 魚ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉	米、食パン、 じゃがいも	たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、えのきたけ、コーン缶、ねぎ、カットわかめ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド			
2	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキキャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、鶏肉	さつまいも、 米	キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、きゅうり、生しいたけ、切り干しいんごん、ひじき
		ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
3	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ野菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、えのきたけ、もずく、ねぎ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
4	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉	じゃがいも、 米	こまつな、たまねぎ、にんじん、コーン缶、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干しいんごん、カットわかめ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
5	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参冬瓜サツマ芋ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	軟飯→ごはん 鶏煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	ミルク、鶏肉	米、さつまいも	とうがん、にんじん、コーン缶、えのきたけ、ねぎ、ひじき
		ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
6	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	煮込みそば	豚肉	ゆで中華めん	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン
8	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参野菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	軟飯→ごはん 豚肉煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	ミルク、豚肉	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、なす、こまつな、きゅうり、ピーマン、カットわかめ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
9	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参野菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	にんじん、こまつな、赤ピーマン、きゅうり、切り干しいんごん
		ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
10	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参野菜冬瓜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、さつまいも	にんじん、とうがん、もやし、チンゲンサイ、たまねぎ、ピーマン、コーン缶、切り干しいんごん
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
11	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参野菜ポテトペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、鶏肉	米、じゃがいも、さつまいも	にんじん、ごぼう、長ねぎ、こまつな、ひじき
		ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
12	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ野菜ペースト	煮込みうどん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮	煮込みうどん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮	煮込みうどん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮	ミルク、豚肉、 豆腐	ゆでうどん、 米	たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、ピーマン、ねぎ、カットわかめ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
13	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豚ひき肉	米	こまつな、にんじん、コーン缶
15	月							

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます
 ☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

※16日以降は裏面









7月離乳食こんだて表②



2019年7月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくなる食物
16	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギキャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米	たまねぎ、にんじん、キャベツ、コーン缶、えのきたけ、ピーマン、切り干しだいこん
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
17	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギさつまいもペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、鶏肉	米、さつまいも	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、カットわかめ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
18	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
19	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参冬瓜青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	とうがんと、こまつな、にんじん、ピーマン、ひじき、干しいたけ
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
20	土	お弁当会						
22	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉	米、さつまいも	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ごぼう、えのきたけ、ピーマン、ひじき
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
23	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ホトトギス青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉	米、じゃがいも	こまつな、へちま、にんじん、きゅうり、干しいたけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
24	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、鶏肉	米、じゃがいも、ホットケーキ粉	キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、えのきたけ、赤ピーマン、ピーマン、ねぎ、カットわかめ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
25	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参冬瓜青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	さつまいも、米	とうがんと、にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、しめじ、ねぎ、干しいたけ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
26	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	煮込みラーメン 鶏煮付け 野菜柔らか煮	ミルク、鶏肉	ゆで中華めん、米	キャベツ、もやし、にんじん、コーン缶、赤ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
27	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豚ひき肉	米	もずく、コーン缶、ピーマン、赤ピーマン、にんじん
								
29	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、パン、じゃがいも	たまねぎ、なす、トマト、にんじん、チンゲンサイ、へちま、しめじ、コーン缶、きゅうり、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド			
30	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜サツマイもペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、さつまいも	にんじん、もやし、こまつな、ごぼう、ねぎ、干しいたけ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
31	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	にんじん、しめじ、こまつな、ねぎ、切り干しだいこん
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります