

離乳献立表



梅雨が明けると夏も本番となります。暑い日が続くと体はだるくなり『夏バテ』になってしまいます。夏バテは体の消化機能を低下させて食欲不振に陥らせてしまいます。ビタミン・ミネラルを多く含む食材で夏を元気に過ごせるように食事で子どもたちをサポートしていきたいと思ひます。



2024年07月

※献立はいつでも差し上げられますのでお声掛けください。

太子保育園

日付	献立					10時おやつ (後期・完了)	3時おやつ (後期・完了)	行事
			中期	後期	完了			
01月	御飯(雑穀入り) エビカツ ひじきのねばねばサラダ コンソメスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 高野豆腐、人参 たまねぎ、じゃが芋 野菜スープ	米 鶏肉、キャベツ、玉葱 人参、南瓜 じゃが芋	米 鶏肉、キャベツ、玉葱 人参、南瓜、胡瓜 じゃが芋	牛乳	米、おかか	プール始め 音楽指導
02火	御飯 厚揚げの肉詰め 青菜のサラダ 味噌汁(たまねぎ・とうもろこし)	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、小松菜 人参、玉葱 野菜スープ	米 豆腐、豚肉、玉葱 小松菜、人参 玉葱、コーン	米 豆腐、豚肉、玉葱 小松菜、人参 玉葱、コーン	茹人参	豆乳	
03水	御飯 肉じゃが トマトとセロリのサラダ 味噌汁(油揚げ豆腐)	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、人参 玉葱、豆腐 野菜スープ	米 豚肉、じゃが芋、玉葱 人参、南瓜 豆腐	米 豚肉、じゃが芋、玉葱 人参、胡瓜 豆腐	ブルーーン	小麦粉、キャベツ	
04木	御飯 焼きビーフン ごぼうときゅうりのサラダ ワンタンスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、キャベツ じゃが芋、玉葱 野菜スープ	米 豚肉、キャベツ、玉葱 人参、胡瓜 ほうれん草	米 豚肉、キャベツ、玉葱 人参、胡瓜 ほうれん草	蒸しじゃがいも	パン	
05金	麦御飯 オクラ入りハヤシ わかめサラダ ブルーーン	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、ほうれん草 人参、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、じゃが芋 人参、きゅうり	米 豚肉、玉葱、じゃが芋 人参、きゅうり	豆乳	そうめん	
06土	ナポリタン すいか 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	スパゲッティ 玉葱、人参 南瓜、ほうれん草 野菜スープ	スパゲッティ 豚肉、玉葱、じゃが芋 人参、南瓜	スパゲッティ 豚肉、玉葱、じゃが芋 人参、南瓜			
08月	御飯(雑穀入り) アジの南蛮漬け 刻み昆布煮 ソーセージスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 じゃが芋、キャベツ 野菜スープ	米 鮭、玉葱、ほうれん草 人参、じゃが芋 キャベツ、玉葱	米 鮭、玉葱、ほうれん草 人参、じゃが芋 キャベツ、玉葱	茹人参	ホットケーキミックス 豆乳	
09火	御飯 おからハンバーグ シーザーサラダ トマトと卵のスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 ほうれん草、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、ほうれん草 人参、胡瓜 トマト、玉葱	米 豚肉、玉葱、ほうれん草 人参、胡瓜 トマト、玉葱	牛乳	米、ワカメ	
10水	豚丼 きゅうりとわかめの酢の物 味噌汁(じゃがいも・人参)	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 じゃが芋、高野豆腐 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、南瓜 胡瓜、人参 じゃが芋、人参	米 豚肉、玉葱、南瓜 胡瓜、人参 じゃが芋、人参	豆乳	そうめん キャベツ	
11木	御飯 鶏肉と野菜のボン酢炒め 南瓜煮 モロヘイヤのスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 南瓜、ほうれん草 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、じゃが芋 南瓜、人参 コーン	米 鶏肉、玉葱、じゃが芋 南瓜、人参 コーン	ブルーーン	バナナ	
12金	麦御飯 マーボー茄子 スパゲッティサラダ チンゲン菜のスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、じゃが芋 玉葱、キャベツ 野菜スープ	米 豚肉、、玉葱 人参、スパゲッティ ほうれん草、玉葱	米 豚肉、、玉葱、なす 人参、スパゲッティ ほうれん草、玉葱	きゅうり漬け	じゃが芋	園外保育(4歳児)
13土	冷やしたぬき バナナ 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	うどん 人参、玉葱 ほうれん草、南瓜 野菜スープ	うどん 豚肉、玉葱、南瓜 バナナ(茹で)	うどん 豚肉、玉葱、南瓜 バナナ			
16火	冷やし中華 揚げ出し豆腐風 ペペーチーズ	主食 主菜 副菜 汁	米 高野豆腐、大根 ほうれん草、南瓜 野菜スープ	そうめん 豚肉、高野豆腐、玉葱、ほうれん草 人参、大根、ペペーチーズ	そうめん 豚肉、高野豆腐、玉葱、ほうれん草 人参、大根、ペペーチーズ	豆乳	米、おかか	
17水	御飯(雑穀入り) 鶏肉と南瓜のカレー炒め 冷しゃぶサラダ わかめスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 南瓜、玉葱 人参、じゃが芋 野菜スープ	米 鶏肉、南瓜、玉葱 胡瓜、人参 わかめ、玉葱	米 鶏肉、南瓜、玉葱 胡瓜、人参 わかめ、玉葱	ブルーーン	とうもろこし	
18木	麦御飯 豆腐のチャンプルー じゃが芋の甘辛 レタスのスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、小松菜 じゃが芋、豆腐 野菜スープ	米 豚肉、豆腐、小松菜 じゃが芋、人参 レタス	米 豚肉、豆腐、小松菜 じゃが芋、人参 レタス	茹人参	バナナ	避難訓練
19金	御飯 春巻き 五目納豆 味噌汁(あおさのり・なめこ)	主食 主菜 副菜 汁	米 キャベツ、人参 南瓜、ほうれん草 野菜スープ	米 豚肉、キャベツ、玉葱 納豆、人参 ほうれん草	米 豚肉、キャベツ、玉葱 納豆、人参 ほうれん草	きゅうり漬け	パン	
20土	焼きそば 野菜スープ 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、キャベツ 人参、玉葱 野菜スープ	そうめん 豚肉、キャベツ、もやし 南瓜、人参 玉葱	そうめん 豚肉、キャベツ、もやし 南瓜、人参 玉葱			
22月	御飯 かじきのカレーフライ 中華スパゲッティサラダ 味噌汁(油揚げ・茄子)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、人参 玉葱、ほうれん草 野菜スープ	米 鮭、玉葱、ほうれん草 人参、大根 なす	米 鮭、玉葱、ほうれん草 人参、大根 なす	蒸しじゃがいも	ホットケーキミックス 豆乳	
23火	御飯 チンジャオロース きゅうりとちくわの胡麻マヨ和え マカロニスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 キャベツ、人参 玉葱、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、もやし 人参、南瓜 玉葱、マカロニ	米 豚肉、玉葱、もやし 人参、南瓜 玉葱、マカロニ	ブルーーン	米、おかか	
24水	御飯 ポークピカタ コーンスローサラダ オクラと春雨のスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、キャベツ 大根、じゃが芋 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 人参、キャベツ 南瓜	米 豚肉、玉葱 人参、キャベツ 南瓜	茹人参	じゃが芋	音楽指導
25木	御飯(雑穀入り) ユウリンチー 大根サラダ バナナ 味噌汁(トマト・卵)	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 大根、ほうれん草 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱、レタス 大根、人参 トマト	米 鶏肉、玉葱、レタス 大根、人参 トマト	豆乳	バナナ	誕生会
26金	麦御飯 豚肉とズッキーニの炒め物 春雨サラダ 中華コンソメスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、高野豆腐 ほうれん草、人参 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、キャベツ、もやし 人参、南瓜 玉葱、コーン	米 豚肉、玉葱、キャベツ、もやし 人参、南瓜 玉葱、コーン	牛乳	すいか	お泊り保育(5歳児)
27土	おにぎり 味噌汁(玉葱・豆腐) バナナ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、大根 ほうれん草、ささみ 野菜スープ	米 鶏肉、玉葱 バナナ(茹で) 大根、人参	米 鶏肉、玉葱 バナナ 大根、人参			お泊り保育(5歳児)
29月	サラダうどん 天ぷら(なす・おくら) ペペーチーズ	主食 主菜 副菜 汁	うどん 人参、ほうれん草 大根、玉葱 野菜スープ	うどん 豚肉、玉葱、ほうれん草 人参、なす、ペペーチーズ	うどん 豚肉、玉葱、ほうれん草 人参、なす、ペペーチーズ	蒸しじゃがいも	米、鮭	
30火	ロールパン 肉団子のトマト煮 コーンサラダ オニオンスープ	主食 主菜 副菜 汁	食パン 玉葱、人参 大根、じゃが芋 野菜スープ	食パン 豚肉、玉葱、じゃが芋 人参、胡瓜 玉葱	食パン 豚肉、玉葱、じゃが芋 人参、胡瓜 玉葱	茹人参	ヨーグルト	
31水	ベーコンピラフ チーズサラダ バナナ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 大根、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 キャベツ、胡瓜、バナナ(茹で)	米 豚肉、玉葱 キャベツ、胡瓜、バナナ	豆乳	胡瓜	

※献立は都合により変更する場合があります。