

7月離乳食献立予定表

《今月の目標》

好き嫌いしないで何でも食べ、
夏バテを防ぎましょう



			1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)
			- ごはん - スタミナ煮 - じゃが芋のみそ汁 - バナナ	- ごはん - ハンバーグ - さやえんどうのみそ汁	- ごはん - 五目うどん - バナナ
5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)	8日 (木)	9日 (金)	10日 (土)
- ごはん - 鶏肉のやわらか煮 - ツナサラダ - 人参スープ	- ごはん - 鶏肉と野菜のやわらか煮 - 野菜スープ - オレンジ	- ごはん - 海藻サラダ - 天の川スープ	- ごはん - 和風サラダ - コンソメスープ	- ごはん - なすとピーマンのみそ炒め - 澄まし汁	夏まつり
12日 (月)	13日 (火)	14日 (水)	15日 (木)	16日 (金)	17日 (土)
- ごはん - ちくわときゅうりのサラダ - なすのみそ汁	- ごはん - 鶏肉の照り焼き - 五色和え - チンゲン菜スープ - オレンジ	- ごはん - ブロッコリーサラダ - 野菜スープ	- ごはん - ナムル - わかめスープ - ヨーグルト	- ごはん - 魚の野菜煮 - いんげんのみそ汁	- ごはん - わかめ入りうどん - バナナ
19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)	22日 (木)	23日 (金)	24日 (土)
- ごはん - 魚と野菜のやわらか煮 - 夏の豚汁 - オレンジ	- ごはん - 鶏肉とじゃが芋のみそ煮 - 豆腐のスープ - バナナ	- ごはん - 肉団子 - 野菜サラダ - むらくも汁	海の日 	スポーツの日 	- ごはん - 具だくさんうどん - バナナ
26日 (月)	27日 (火)	28日 (水)	29日 (木)	30日 (金)	31日 (土)
- ごはん - しゅうまい - 野菜のさっぱりサラダ - 麻婆豆腐風煮	- ごはん - ホッケの塩焼き - 野菜のおひたし - かき玉汁	- ごはん - 夏野菜のあんかけ - コンソメスープ	- ごはん - 野菜のマリネ - 野菜スープ - メロン	- ごはん - ササミのさっぱり煮 - 玉ねぎのみそ汁	- ごはん - 根菜入りうどん - バナナ