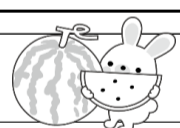


離乳食12~18

日		
1 日 木	午前	牛乳 せんべい
	昼食	御飯 なすと豚肉のみそ炒め なす、にんじん、豚肉、たまねぎ、ピーマン、ごま油、淡色みそ、砂糖、しょうゆ もやしのナムル もやし、にんじん、カットわかめ、ごま油、しょうゆ かき玉汁 卵、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、片栗粉、ほんだし メロン
	午後	牛乳 フレンチトースト 食パン、卵、砂糖、調製豆乳、メープルシロップ
2 日 金	午前	牛乳 ビスケット
	昼食	御飯 鶏肉のケチャップ煮 鶏もも肉、食塩、こしょう、小麦粉、油、ピーマン、しいたけ、たまねぎ、ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、砂糖 パスタサラダ マカロニ・スパゲティー、ハム、きゅうり、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、ケチャップ、食塩 コンソメスープ(ズッキーニ) ズッキーニ、たまねぎ、にんじん、水、コンソメ、食塩 バナナ
	午後	牛乳 野菜かりんとう
5 日 月	午前	牛乳 サブレ
	昼食	御飯 酢豚 豚肉、酒、しょうゆ、片栗粉、油、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ピーマン、ごま油、ケチャップ、酢、しょうゆ、砂糖、片栗粉 パンサンスー はるさめ、トマト、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、すりごま、ごま油 キャベツの中華スープ キャベツ、ねぎ、中華だしの素、水、しょうゆ オレンジ
	午後	牛乳 ホットケーキ 油、ホットケーキ粉、牛乳、メープルシロップ
6 日 火	午前	ヨーグルト せんべい 冷やし中華 生中華めん、卵、ハム、きゅうり、カットわかめ、水、ほんだし、ごま油、しょうゆ、酢、砂糖、みりん
	昼食	かぼちゃの甘煮 かぼちゃ、水、ほんだし、しょうゆ、砂糖 バナナ
	午後	牛乳 おにぎり(さけ・ごま) 米、さけ、食塩、ごま、焼きのり
7 日 水	午前	牛乳 ビスケット
	昼食	ジャンバラヤ 米、たまねぎ、にんじん、ウインナー、酒、ケチャップ、カレー粉、中濃ソース、コンソメ、にんにく、バター、食塩、こしょう 小松菜のごまあえ こまつな、もやし、にんじん、ツナ水煮缶、しょうゆ、砂糖、ごま とうがんスープ とうがん、ねぎ、チンゲンサイ、カットわかめ、食塩、しょうゆ、中華スープ オレンジ
	午後	麦茶 アイス せんべい
8 日 木	午前	牛乳 せんべい
	昼食	御飯 肉じゃが(豚肉) 豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩 キャベツの磯和え キャベツ、にんじん、しょうゆ、焼きのり 豆腐みそ汁(わかめ) 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし すいか
	午後	牛乳 ラスク 食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖
9 日 金	午前	牛乳 ビスケット
	昼食	御飯 鮭のフライ さけ、食塩、小麦粉、卵、パセリ粉、パン粉、油 酢の物 カットわかめ、きゅうり、緑豆もやし、かにかまぼこ、食酢、砂糖、しょうゆ みそ汁(たまねぎ・あげ) たまねぎ、にんじん、油揚げ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ
	午後	牛乳 カステラ
12 日 月	昼食	振替休日 
13 日 火	午前	ヨーグルト せんべい 冷やしうどん ゆでうどん、きゅうり、カットわかめ、焼き豚、トマト、水、しょうゆ、砂糖、ごま油、ほんだし
	昼食	揚げしゅうまい2ヶ1ヶ シューマイ、油 バナナ
	午後	麦茶 ビスケット
14 日 水	午前	牛乳 ビスケット
	昼食	御飯 ツナカレー ツナ油漬缶、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、牛乳、カレールー、油、ウスターソース、バター キャベツとコーンのサラダ キャベツ、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ オレンジ
	午後	麦茶 せんべい
15 日 木	午前	牛乳 せんべい
	昼食	スパゲティーナボリタン スパゲティー、ベーコン、にんじん、たまねぎ、ピーマン、オリーブ油、ケチャップ、ウスターソース、食塩、白こしょう コールスローサラダ キャベツ、にんじん、コーン缶、食塩、砂糖、酢、マヨネーズ わかめスープ たまねぎ、カットわかめ、ごま油、中華スープ、食塩 バナナ
	午後	麦茶 ビスケット
16 日 金	午前	牛乳 ビスケット
	昼食	御飯 コロック ミートコロック 切干大根のごま和え 切り干しだいこん、にんじん、しょうゆ、砂糖、食塩、ごま オレンジ
	午後	麦茶 せんべい

離乳食12~18

日		
19日 月	午前	牛乳 サブレ
	昼食	親子丼 米、鶏もも肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、卵、水、ほんだし、しょうゆ、みりん、焼きのり 春雨サラダ はるさめ、ハム、きゅうり、コーン缶、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 みそ汁(もやし・えのき) もやし、えのきたけ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ
	午後	牛乳 アメリカンドッグ ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、牛乳、卵、油
20日 火	午前	ヨーグルト せんべい
	昼食	御飯 鶏の唐揚げ 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 おぐらの煮浸し オクラ、水、ほんだし、しょうゆ ポテトスープ じゃがいも、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩 バナナ
	午後	牛乳 とうもろこし とうもろこし、食塩
21日 水	午前	牛乳 ビスケット
	昼食	御飯 カレイの竜田揚げ かおしい、しょうゆ、酒、しょうが、片栗粉、油 もやしの中華風和え物 もやし、にんじん、こまつな、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 みそ汁(かぼちゃ・たまねぎ) かぼちゃ、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ
	午後	牛乳 ゼリーフライ
22日 木	午前	牛乳 せんべい
	昼食	御飯 マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、砂糖、米みそ(赤色辛みそ)、しょうゆ、ごま油、片栗粉、中華あじ 茹で野菜サラダ キャベツ、コーン缶、きゅうり、にんじん、油、酢、しょうゆ、砂糖 はるさめスープ(チンゲン菜) はるさめ、チンゲンサイ、ねぎ、水、中華だしの素、食塩、ごま バナナ
	午後	牛乳 マカロニきな粉あえ マカロニ、きな粉、砂糖
23日 金	午前	牛乳 ビスケット
	昼食	御飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、こしょう、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 レタスとコーンのサラダ レタス、コーン缶、トマト、しょうゆ、ごま油、砂糖、食塩 きゃべつのスープ キャベツ、ねぎ、中華スープ、しょうゆ、食塩 ぶどう(デラウエア)
	午後	牛乳 コッペパン(つぶあん・マーガリン)
26日 月	午前	牛乳 サブレ
	昼食	御飯 チキンカレー 鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、カレールウ、ウスターソース、牛乳 三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、食塩 オレンジ
	午後	牛乳 おやつ焼きそば 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、にんじん、ピーマン、ごま油、ウスターソース
27日 火	午前	ヨーグルト せんべい
	昼食	三色どんぶり 米、鶏ひき肉、しょうが、砂糖、しょうゆ、酒、卵、砂糖、食塩、油、ほうれんそう、しょうゆ、焼きのり、でんぶ きゅうりのおかか和え きゅうり、しょうゆ、かつお節 みそ汁(キャベツ、わかめ) キャベツ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ
	午後	牛乳 あられせんべい
28日 水	午前	牛乳 ビスケット
	昼食	御飯 かじきの煮つけ かじき、しょうゆ、砂糖、酒、しょうが キャベツとトマトのサラダ キャベツ、トマト、酢、油、砂糖、しょうゆ 豆腐すまし汁(もやし・わかめ) 木綿豆腐、もやし、ねぎ、カットわかめ、水、ほんだし、しょうゆ、食塩 オレンジ
	午後	牛乳 ドーナツ・ごま ホットケーキ粉、木綿豆腐、砂糖、ごま、油
29日 木	午前	牛乳 せんべい
	昼食	御飯 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、みりん、酒 ひじきの炒り煮 ひじき、にんじん、油揚げ、油、砂糖、しょうゆ、みりん、水、ほんだし みそ汁(なめこ・小松菜) なめこ、こまつな、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし すいか
	午後	牛乳 蒸しパン ホットケーキミックス、牛乳、砂糖
30日 金	午前	牛乳 ビスケット
	昼食	中華どんぶり 米、豚肉、しょうが、酒、キャベツ、にんじん、たけのこ、たまねぎ、ピーマン、なると、しいたけ、砂糖、しょうゆ、食塩、こしょう、コンソメ、片栗粉、ごま油 きゅうりの浅漬け きゅうり、キャベツ、食塩 かにかま豆腐汁 木綿豆腐、かにかまぼこ、あさつき、中華スープ、酒、食塩、片栗粉 オレンジ
	午後	牛乳 コーンフレーク

※ 献立は、材料等の入荷の都合により変更する場合があります。

☆今月のひとこと☆

暑い日が続いていますが、冷たいものとり過ぎは、食欲不振の原因になります。

適度に身体を冷やしてくれる夏野菜を上手に活用し、3回の食事で夏バテと熱中症に負けない身体をつくりましょう。

