



※人参・玉ねぎ・青菜は、ほぼ毎日使用しています。
 ※中期食の肉はすべて鶏ささみひき肉になります。
 ※卵については、完了食のみ使用しています。

午前中のおやつ
 (中期食・後期食の飲み物は麦茶になります)
 月：麦茶、くだもの 火：麦茶、菓子
 水：牛乳、菓子 木：麦茶、ヨーグルト
 金：牛乳、くだもの
 ※献立の都合上、変更する場合があります。

7月 離乳食よていこんだて

令和4年度
 みしま中央こども園

		昼食		
日	曜	離乳中期	離乳後期	離乳完了期
1	金	おかゆ 豆腐の味噌汁 白身魚とキャベツの煮物	おかゆ 豆腐の味噌汁 白身魚とキャベツの煮物	軟飯 なめこの味噌汁 揚げ魚とキャベツの甘煮
4	月	おかゆ キャベツの味噌汁 じゃがいものそぼろ煮	おかゆ キャベツの味噌汁 じゃがいものそぼろ煮	軟飯 キャベツの味噌汁 ポークチャンプ
5	火	おかゆ 貝だくさん汁 白身魚と野菜のコンソメ煮	おかゆ 貝だくさん汁 白身魚と野菜のコンソメ煮	軟飯 豚汁 スパゲッティと野菜のコンソメ煮
6	水	食パン コンソメスープ さつまいものうま煮	食パン コンソメスープ さつまいものうま煮	食パン ミネストローネ チーズオムレツ
7	木	ツナのおかゆ 麩の味噌汁 五目しんじょうの野菜あんかけ	ツナのおかゆ 麩の味噌汁 五目しんじょうの野菜あんかけ	ツナの炊き込みご飯 麩の味噌汁 五目しんじょうの野菜あんかけ
8	金	青菜がゆ じゃがいもの味噌汁 しらすとかぼちゃの煮物	青菜がゆ じゃがいもの味噌汁 しらすとかぼちゃの煮物	青菜軟飯 油揚げの味噌汁 ちくわと野菜の揚げ煮
11	月	おかゆ キャベツのスープ 鶏そぼろと野菜のうま煮 煮りんご	おかゆ キャベツのスープ 鶏そぼろと野菜のうま煮 煮りんご	夏野菜カレー キャベツスープ 煮りんご
12	火	おかゆ 貝だくさん汁 ツナと野菜のコンソメ煮	おかゆ 貝だくさん汁 ツナと野菜のコンソメ煮	軟飯 けんちん汁 揚げ鳥のうま煮
13	水	食パン 野菜スープ じゃがいものミルク煮 バナナ	食パン 野菜スープ じゃがいものミルク煮 バナナ	食パン クラムチャウダー ウィナーのケチャップ煮 バナナ
14	木	五目うどん かぼちゃの煮物 フルーツゼリー	五目うどん かぼちゃの煮物 フルーツゼリー	味噌ラーメン かぼちゃの煮物 フルーツゼリー
15	金	野菜がゆ 玉ねぎのみそ汁 キャベツと白身魚の煮物	野菜がゆ 玉ねぎのみそ汁 キャベツと白身魚の煮物	野菜軟飯 玉ねぎのみそ汁 鮭のおろしソース
18	月	海の日		
19	火	おかゆ 青菜のみそ汁 切干大根のやわらか煮	おかゆ 青菜のみそ汁 切干大根のやわらか煮	軟飯 なすのみそ汁 豚肉の揚げ煮
20	水	煮込みうどん キャベツとしらすの煮物 ゼリー	煮込みうどん キャベツとしらすの煮物 ゼリー	クリームスパゲティ キャベツとフライドポテトのトマト煮 ゼリー
21	木	野菜がゆ コンソメスープ やわらか鶏団子と野菜の煮物 オレンジ	野菜がゆ コンソメスープ やわらか鶏団子と野菜の煮物 オレンジ	五目チャーハン キャベツスープ 肉団子と野菜の甘辛和え オレンジ
22	金	ゆかりがゆ キャベツのみそ汁 白身魚とかぼちゃの煮物	ゆかりがゆ キャベツのみそ汁 白身魚とかぼちゃの煮物	ゆかり軟飯 キャベツのみそ汁 揚げ魚のカレーソース煮
25	月	おかゆ 豆腐のみそ汁 じゃがいものそぼろ煮	おかゆ 豆腐のみそ汁 じゃがいものそぼろ煮	軟飯 豆腐のみそ汁 じゃがいもと鶏肉の揚げ煮
26	火	青菜がゆ 白玉のみそ汁 白身魚と野菜のコンソメ煮	青菜がゆ 白玉のみそ汁 白身魚と野菜のコンソメ煮	青菜がゆ 白玉のみそ汁 鮭と野菜のコンソメ煮
27	水	食パン ポトフ さつまいものそぼろ煮	食パン ポトフ さつまいものそぼろ煮	食パン ポトフ ハンバーグ さつまいもの煮物
28	木	煮込みうどん 切干大根のやわらか煮 煮りんご	煮込みうどん 切干大根のやわらか煮 煮りんご	煮込みうどん 切干大根のやわらか煮 りんご
29	金	五目がゆ じゃがいものスープ 青菜としらすの煮浸し	五目がゆ じゃがいものスープ 青菜としらすの煮浸し	五目軟飯 中華スープ 青菜の煮浸し

