



きゅうしょくだより (離乳食 7~8か月)



令和4年 7月

箕面市立保育所

| 日付 | 昼 | | 3時 |
|----------------------|--|---|---|
| | 献立名 | 主な食品 | |
| 7月1日(金) 7月22日(金) | おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮 | 米 / 白身魚,キャベツ,だし昆布 等 / じゃがいも,人参,ほうれん草,だし昆布 等 | りんご お好みおやき |
| 7月2日(土) 7月23日(土) | おかゆ 旨煮 りんご | 米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,キャベツ,だし昆布 等 / りんご | ドイツパン  |
| 7月4日(月) | おかゆ 旨煮 煮浸し | 米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / 大根,だし昆布 等 | りんご やわらかにんじんくずもち |
| 7月5日(火) 7月21日(木) | おかゆ 旨煮 スープ煮 | 米 / 凍り豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布 等 / じゃがいも,たまねぎ,キャベツ,だし昆布 等 | りんご 煮込みうどん |
| 7月6日(水) 7月20日(水) | おかゆ 旨煮 煮浸し  | 米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布,味噌 等 / ほうれん草,だし昆布 等 | りんご ゆでじゃが |
| 7月8日(金) 7月19日(火) | おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁 | 米 / 白身魚,人参,だし昆布 等 / じゃがいも,たまねぎ,だし昆布,味噌 等 | 巨峰 おじや |
| 7月9日(土) 7月30日(土) | おかゆ 柔らか煮 りんご | 米 / 凍り豆腐,切干し大根,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / りんご | コッペパン |
| 7月11日(月) 7月25日(月) | おかゆ 旨煮 煮浸し | 米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等 | 巨峰 じゃがいものおやき |
| 7月12日(火) 7月26日(火) | おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮 | 米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 | りんご 蒸しパン  |
| 7月13日(水) 7月27日(水) | おかゆ そぼろ煮 味噌汁 | 米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,切干し大根,人参,だし昆布 等 / じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布,味噌 等 | 巨峰 ドイツパン |
| 7月14日(木) 7月28日(木) | おかゆ 旨煮 さざみ煮 | 米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / じゃがいも,だし昆布 等 | りんご おじや |
| 7月15日(金) | おかゆ 旨煮 味噌汁 | 米 / 凍り豆腐,キャベツ,きゅうり,人参,だし昆布 等 / じゃがいも,大根,たまねぎ,だし昆布,味噌 等 | りんご だいこんのお焼き |
| 7月16日(土) | おかゆ 旨煮 巨峰  | 米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,ほうれん草,だし昆布 等 / 巨峰 | 食パン |
| 7月29日(金) | おかゆ 旨煮 煮浸し | 米 / 凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / 大根,きゅうり,だし昆布 等 | りんご だいこんのお焼き |
| 誕生会 7月7日(木) | おかゆ 野菜の旨煮 味噌汁 | 米 / 鶏肉,凍り豆腐,ほうれん草,人参,キャベツ,だし昆布 等 / 大根,たまねぎ,だし昆布,味噌 等 | 巨峰 にんじん蒸しパン  |

月平均栄養価 エネルギー 241kcal たんぱく質 8.4g 脂質 3.0g



○上記以外にミルクがつきます。
○献立は諸事情により、変更することがあります。