

令和4年7月献立表（中期・モグモグ期）



●ひとことメッセージ●

さまざまな物事に興味を持ち始め、活発になる時期です。集中できる時間も限られますので、離乳食を食べる際にかける時間は15分位が目安となります。集中できなくなったり、口を閉じてしまうようであれば、無理強いをせずに食事を切り上げましょう。いただきます、ごちそうさまの挨拶や美味しいね、という声掛けをして、食事を楽しい時間にしましょう。

			1		2	
			金		土	
			7倍粥	ひすいうどん		
			鮭の白和え	にんじんとツナの和え物		
			なす入り野菜スープ	ヨーグルト		
			ミルク	ミルク		
4	5	6	7	8	9	
月	火	水	木	金	土	
トマト粥 白身魚の煮物 野菜スープ	やわらかうどん 玉子としらすのふわふわ焼き 小松菜と大根の和え物	パン粥 鮭とほうれん草のヨーグルト和え 野菜スープ	お星さま粥 鶏のトマトあんかけ 野菜スープ	納豆粥 白身魚のチーズ焼き 野菜スープ	あんかけうどん じゃがいものそぼろ煮 にんじんグラッセ	
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
11	12	13	14	15	16	
月	火	水	木	金	土	
チーズ粥 なすと鶏の炊き合わせ 野菜スープ	コーン粥 赤ちゃん焼きコロケ 野菜スープ	7倍粥 白身魚のだし煮 野菜スープ	にんじん粥 ささみのチーズ焼き 野菜スープ	しらす粥 たらの煮物 野菜スープ	マカロニのやわらか煮 ポテトサラダ 野菜スープ	
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
18	19	20	21	22	23	
月	火	水	木	金	土	
海の日	トマトうどん ほうれん草の納豆和え かぼちゃの甘煮	カラフル粥 鶏肉のチーズ和え 野菜スープ	玉子粥 魚のやわらか煮 野菜スープ	ほうれん草粥 赤ちゃん茶碗蒸し 野菜スープ	にゅう麺 きゅうりとツナのサラダ さつまいものヨーグルト和え	
	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
25	26	27	28	29	30	
月	火	水	木	金	土	
大根粥 トマトと鶏肉のやわらか煮 野菜スープ	ブロッコリー粥 鮭の味噌煮風 野菜スープ	トマトマカロニ ポテトチーズボール 野菜スープ	赤ちゃん三色粥 豆腐と青菜のうま煮 野菜スープ	7倍粥 鶏のみぞれあん 野菜スープ	ミルクマカロニ にんじんとさつまいものうま煮 野菜スープ	
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	

お誕生会

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園

令和4年7月献立表（後期・カミカミ期）



●ひとことメッセージ●

後期食では食べる意欲を育てましょう。
 赤ちゃん用のスプーンを持たせてみたり、
 献立の中に、手に持ちやすいように棒状
 に切った野菜を加えたりすると、手に
 持ったものを口に運ぶ練習になります。
 遊び食べを始める場合もありますので、
 頃合いをみて、食事の時間にメリハリを
 つけましょう。

1 金	2 土
5倍粥 鮭のムニエル なすのうま煮 赤ちゃん味噌汁	ひすいうどん ツナサラダ ヨーグルト
焼きポテト ミルク	マカロニきなこ ミルク

4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	9 土
トマト粥 白身魚の煮物 キャベツのチーズ和え 赤ちゃん味噌汁	やわらかうどん 玉子としらすのふわふわ焼き 小松菜と大根の和え物	パン粥 豚肉のトマト煮 ほうれん草のヨーグルト和え 赤ちゃん味噌汁	お星さま粥 二色唐揚げ お星さまサラダ 天の川野菜スープ	納豆粥 白身魚のチーズ焼き きゅうりサラダ 赤ちゃん味噌汁	あんかけうどん じゃがいものそぼろ煮 にんじんグラッセ
じゃがいものグラタン ミルク	ころころおにぎり ミルク	スティックパン ミルク	星空プリン ミルク	手作りボーロ ミルク	赤ちゃんパンケーキ ミルク
11 月	12 火	13 水	14 木	15 金	16 土
サラダ粥 なすと鶏の炒め物 キャベツのスープ	コーン粥 赤ちゃん焼きコロッケ コールスローサラダ 赤ちゃん味噌汁	5倍粥 ミルクシチュー 野菜サラダ 野菜スープ	にんじん粥 ささみのチーズ焼き グリーンサラダ 豆腐の味噌汁	しらす粥 たらの煮物 きざみわかめのサラダ 赤ちゃんすまし汁	赤ちゃんマカロニ ポテトサラダ 野菜スープ
ヨーグルト ミルク	チーズトースト ミルク	にゅう麵 ミルク	麩レンチトースト ミルク	赤ちゃんお好み焼き ミルク	赤ちゃんせんべい ミルク
18 月	19 火	20 水	21 木	22 金	23 土
海の日	トマトうどん ほうれん草の納豆和え かぼちゃの甘煮	カラフル粥 赤ちゃんハンバーグ キャベツのサラダ 野菜スープ	5倍粥 魚のやわらか煮 スクランブルエッグ 野菜スープ	ほうれん草粥 赤ちゃん茶碗蒸し とうもろこしのソテー 赤ちゃん味噌汁	にゅう麵 きゅうりとツナのサラダ さつまいものヨーグルト和え
	赤ちゃん肉まん ミルク	メロン ミルク	豆乳蒸しパン ミルク	こふきいも ミルク	赤ちゃんクッキー ミルク
25 月	26 火	27 水	28 木	29 金	30 土
大根粥 トマトと鶏肉のやわらか煮 スティックサラダ 野菜スープ	ブロッコリー粥 鮭の味噌煮風 野菜の煮物 赤ちゃん味噌汁	トマトマカロニ ポテトチーズボール ほうれん草ソテー 野菜スープ	赤ちゃん三色粥 豆腐と青菜のうま煮 もやし入りスープ	5倍粥 鶏のみぞれあん ポテトフライ 野菜スープ	ミルクマカロニ トマトサラダ ほうれん草のスープ
ミルクプリン ミルク	チーズ蒸しパン ミルク	カラフルおにぎり ミルク	フルーツコンポート ミルク	シュガートースト ミルク	さつまいもの茶巾 ミルク



※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園

令和4年7月献立表（完了期・パクパク期）



●ひとことメッセージ●

完了食では自ら進んで食べる意欲を育てましょう。すべて食べさせてあげるのではなく、保護者の方は手を添える、スプーンですくうところまで補助をする、などしてみましょう。食べこぼして周りが汚れてしまうこともあるかと思いますが、できる範囲の中で、自ら食べるということを大切に、好きなように食べさせてあげましょう。また、保護者の方と一緒に食卓を囲んで食べることで、食べ方を真似したり、おいしさの共感ができるでしょう。

				1	2
				金	土
				軟飯 鮭のムニエル なすのうま煮 赤ちゃん味噌汁 オレンジ寒天	きつねうどん ツナサラダ ヨーグルト
				焼きポテト 麦茶	マカロニきなこ 麦茶
4	5	6	7	8	9
月	火	水	木	金	土
軟飯 焼きはんぺん キャベツのチーズ和え 小松菜の味噌汁 アップル寒天	赤ちゃん冷やし中華 やわらかしゅうまい 小松菜のおひたし メロン	赤ちゃん豚丼風 ピーマンとツナの炒め物 麩の味噌汁 ヨーグルト	お星さまピラフ 二色唐揚げ お星さまサラダ 天の川スープ スイカ	納豆粥 白身魚のチーズ焼き きゅうりのサラダ 赤ちゃん味噌汁 フルーツポンチ	サラダうどん じゃがいものそぼろ煮 玉子スープ グレープ寒天
じゃがいものグラタン 麦茶	ころころおにぎり 麦茶	スティックパン 麦茶	星空プリン 麦茶	手作りボーロ 麦茶	赤ちゃんパンケーキ 麦茶
11	12	13	14	15	16
月	火	水	木	金	土
サラダ粥 なすと鶏の炒め物 キャベツのスープ スイカ	コーン粥 コロコロコロッケ コールスローサラダ わかめの味噌汁 りんご	軟飯 赤ちゃんシチュー 野菜サラダ 野菜スープ メロン	にんじん粥 ささみのチーズ焼き グリーンサラダ 豆腐の味噌汁 ヨーグルト	しらす粥 えびフライ きざみわかめのサラダ 赤ちゃんすまし汁 スイカ寒天	赤ちゃんパスタ ポテトサラダ オニオンスープ オレンジ寒天
ヨーグルト 麦茶	チーズトースト 麦茶	にゅう麺 麦茶	麩レンチトースト 麦茶	赤ちゃんお好み焼き 麦茶	赤ちゃんせんべい 麦茶
18	19	20	21	22	23
月	火	水	木	金	土
海の日	赤ちゃんラーメン ほうれん草の納豆和え フルーツポンチ	コーンピラフ風粥 赤ちゃんチーズバーグ キャベツのサラダ 野菜スープ ヨーグルト	軟飯 魚のやわらか煮 スクランブルエッグ 野菜スープ スイカ	赤ちゃんちらし粥 えび入り茶碗蒸し 赤ちゃん味噌汁 7月のパースディケーキ	焼きそば ちくわサラダ 野菜スープ りんご
	赤ちゃん肉まん 麦茶	メロン 麦茶	豆乳蒸しパン 麦茶	こふきいも 麦茶	赤ちゃんクッキー 麦茶
25	26	27	28	29	30
月	火	水	木	金	土
軟飯 赤ちゃん酢豚 さっぱりサラダ 野菜スープ スイカ	ブロッコリー粥 鮭の味噌き いんげんのごま和え 野菜いっぱい汁 りんご	赤ちゃんミートパスタ ポテトチーズボール 野菜スープ ミルク寒天	赤ちゃん三色粥 油揚げの煮物 もやし入り味噌汁 ヨーグルト	軟飯 鶏のみぞれあん ポテトフライ 野菜スープ スイカ	和風パスタ トマトサラダ ほうれん草のスープ アップル寒天
ミルクプリン 麦茶	チーズ蒸しパン 麦茶	カラフルおにぎり 麦茶	フルーツコンポート 麦茶	シュガートースト 麦茶	ソーセージソテー 麦茶

お誕生会

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園