

令和2年7月献立表（中期・モグモグ期）

●ひとこメッセージ●		1	2	3	4		
		水	木	金	土		
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、と声を掛けて、食事を楽しい時間にしましょう。		りんご粥 青菜の三色そぼろ煮 野菜スープ	具だくさんにゆう麺 そぼろのトマト煮 ブロッコリーのうま煮	さつまいも粥 しらすの小松菜ソース 野菜スープ	トマトうどん ほうれん草のソテー お麩のとろとろ煮		
		ミルク	ミルク	ミルク	ミルク		
		6 月	7 火	8 水	9 木	10 金	11 土
		七夕メニュー					
7倍粥 鶏肉ときゅうりの納豆和え 野菜スープ	お星さま粥 カレイのブロッコリーあん 野菜スープ	にんじん粥 なすと鶏肉のキャベツあん 野菜スープ	ほうれん草粥 そぼろのにんじんの含め煮 野菜スープ	小松菜粥 赤ちゃん肉じゃが 野菜スープ	野菜たっぷりうどん かぼちゃのそぼろ煮 大根とレタスのとろり煮		
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク		
13 月	14 火	15 水	16 木	17 金	18 土		
りんご粥 きゅうりと納豆の炒り豆腐 野菜スープ	小松菜のさっぱりうどん にんじんの甘煮 マッシュかぼちゃ	三色粥 卵と鶏肉の煮物 野菜スープ	7倍粥 しらすと豆腐の小松菜あん 野菜スープ	ブロッコリー粥 鶏肉のトマト煮込み 野菜スープ	野菜あんかけそうめん ささみと青菜のサラダ 野菜スープ		
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク		
20 月	21 火	22 水	23 木	24 金	25 土		
		海の日メニュー					
にんじん粥 鶏肉のほうれん草あんかけ 野菜スープ	ひすいうどん 肉と野菜の煮物 きざみ大根の和え物	キャベツ粥 たらのトマトソース 野菜スープ	海の日	スポーツの日	にゆう麺 きざみほうれん草 くずし豆腐のうま煮		
ミルク	ミルク	ミルク			ミルク		
27 月	28 火	29 水	30 木	31 金			
お誕生会							
ブロッコリー粥 白身魚となすのほぐし煮 野菜スープ	彩り粥 ささみのほうれん草ソース 野菜スープ	りんご粥 豆腐の青菜煮 野菜スープ	さつまいも粥 お肉とブロッコリーのだし煮 野菜スープ	カラフル粥 豆腐とトマトのみぞれ煮 野菜スープ			
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	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。

令和2年7月献立表（後期・カミカミ期）

		1	2	3	4		
		水	木	金	土		
<p>●ひとことメッセージ●</p> <p>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 ものを口に入れる練習に繋がります。 遊び食べを始める場合もありますので、 頃合いをみて、ごちそうさまと声を掛けて 切り上げ、食事の時間にメリハリを つけましょう。</p>		りんご粥 三色そばろ煮 大根のきんぴら 赤ちゃん味噌汁	具だくさんにゆう麺 ふんわり肉団子 トマトソース ブロッコリーのスフレ	さつまいも粥 しらすのクリームソース にんじんのサラダ 野菜スープ	トマトうどん ほうれん草のソテー お麩のとろとろ煮		
		なすのミートグラタン ミルク	ミルクプリン ミルク	たまご蒸しパン ミルク	こふきいも ミルク		
		6	7	8	9	10	11
		月	火	水	木	金	土
5倍粥 ころころハンバーグ 野菜スティック 野菜スープ	お星さま粥 カレーの照り焼き やわらか茶碗蒸し 天の川すまし汁	にんじん粥 なすと鶏肉の味噌炒め キャベツのおかか和え 赤ちゃんすまし汁	ほうれん草粥 そばろのチーズ焼き にんじんしりしり 野菜スープ	5倍粥 赤ちゃん肉じゃが 小松菜のきなこ和え 赤ちゃん味噌汁	野菜たっぷりうどん かぼちゃのそばろ煮 わかめと大根のとろり煮		
小松菜とじゃこのおじや ミルク	お星さまきなこクッキー ミルク	お麩ピザ ミルク	フルーツ寒天 ミルク	シュガートースト ミルク	米粉マフィン ミルク		
13	14	15	16	17	18		
月	火	水	木	金	土		
りんご粥 そばろ豆腐 きゅうりと納豆の和え物 赤ちゃん味噌汁	小松菜のさっぱりうどん にんじんのグラッセ マッシュかぼちゃ	三色粥 卵と鶏肉の煮物 きゅうりの中華サラダ 野菜スープ	5倍粥 しらすと豆腐の小松菜あん かぼちゃのヨーグルト和え 赤ちゃん味噌汁	きなこ粥 鶏肉のトマト煮込み ブロッコリーサラダ 野菜スープ	野菜あんかけそうめん ささみと青菜のサラダ 野菜スープ		
手作りボーロ ミルク	コロコロおにぎり ミルク	夏野菜のオムレツ ミルク	チーズ蒸しパン ミルク	フルーツコンポート ミルク	じゃがいもおやき ミルク		
20	21	22	23	24	25		
月	火	水	木	金	土		
5倍粥 親子煮 ほうれん草の三色ごま和え 赤ちゃん味噌汁	ひすいうどん 肉と野菜の炒め煮 きざみ大根の和え物	カラフル粥 たらのトマトソース キャベツのヨーグルトサラダ 野菜スープ	海の日	スポーツの日	にゅう麺 ほうれん草のナムル くずし豆腐のうま煮		
コーンペースト蒸しパン ミルク	ツナのお好み焼き ミルク	スイートポテト ミルク			手作りクッキー ミルク		
27	28	29	30	31	 <p>7月</p>		
月	火	水	木	金			
たまご粥 白身魚となすのほぐし煮 ブロッコリーのグリーンサラダ 赤ちゃん味噌汁	彩り粥 ささみのほうれん草ソース 夏野菜のさっぱりサラダ 野菜スープ	りんご粥 豆腐の甘辛煮 きゅうりのパンバンジー 赤ちゃんすまし汁	チーズ粥 お肉とブロッコリーのだし煮 コロコロサラダ 野菜スープ	手まりおにぎり ツナとトマトの卵とじ ポテトサラダ 青菜のスープ			
パンプディング ミルク	豆乳の麩レンチトースト ミルク	手作りプリン ミルク	さつまいも蒸しパン ミルク	ほうれん草サブレ 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2年7月献立表（完了期・パクパク期）

●ひとこメッセージ●		1	2	3	4		
		水	木	金	土		
完了食では自ら進んで食べる意欲を育てましょう。すべてを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、などしていきましょう。食べこぼしで汚れる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べることで、食べ方を真似したり、美味しさの共感ができるでしょう。		軟飯 三色そばろ煮 大根のきんぴら わかめの味噌汁 りんご	具だくさんにゅう麺 ふんわり肉団子 トマトソース スイカ	さつまいも粥 えびのクリームソース にんじんのマリネ 小松菜のスープ ヨーグルト	トマトスパゲティ ほうれん草とコーンのソテー レタススープ グレープ寒天		
		なすのミートグラタン 麦茶	ミルクプリン 麦茶	たまご蒸しパン 麦茶	こふきいも 麦茶		
		6	7	8	9	10	11
		月	火	水	木	金	土
軟飯 ころころハンバーグ 野菜スティック 青菜とコーンのスープ アップル寒天	お星さま粥 カレーの照り焼き やわらか茶碗蒸し 天の川すまし汁 スイカ	にんじん粥 なすと豚肉の味噌炒め キャベツのおかか和え はんぺんのすまし汁 オレンジ寒天	ほうれん草粥 そばろのチーズ焼き にんじんしりしり 野菜スープ メロン	軟飯 赤ちゃん肉じゃが 小松菜とちくわの和え物 豆腐と油揚げの味噌汁 みかん	野菜たっぷりうどん かぼちゃのそばろ煮 ヨーグルト		
小松菜とじゃこのおじや 麦茶	お星さまきなこクッキー 麦茶	お麩ピザ 麦茶	フルーツ寒天 麦茶	シュガートースト 麦茶	米粉マフィン 麦茶		
13	14	15	16	17	18		
月	火	水	木	金	土		
とうもろこし粥 そばろ豆腐 きゅうりと納豆の和え物 赤ちゃん味噌汁 りんご	小松菜のさっぱりパスタ にんじんのグラッセ 卵と野菜のスープ メロン	三色粥 卵と鶏肉の煮物 きゅうりの中華サラダ わかめのスープ グレープ寒天	軟飯 しらすと豆腐の小松菜あん かぼちゃのおかか和え 麩の味噌汁 ヨーグルト	きなこ粥 豚肉のトマト煮込み ブロッコリーサラダ 野菜スープ スイカ	野菜あんかけそうめん ささみと青菜のサラダ もやしのスープ みかん		
手作りボーロ 麦茶	コロコロおにぎり 麦茶	夏野菜のオムレツ 麦茶	チーズ蒸しパン 麦茶	フルーツコンポート 麦茶	じゃがいもおやき 麦茶		
20	21	22	23	24	25		
月	火	水	木	金	土		
軟飯 親子煮 ほうれん草の三色ごま和え えのきの味噌汁 オレンジ寒天	ひすいうどん 肉と野菜の炒め物 スイカ	カラフル粥 たらのトマトソース 野菜とツナのサラダ キャベツのスープ ヨーグルト	海の日	スポーツの日	焼きそば ほうれん草としめじのナムル くずし豆腐のスープ アップル寒天		
コーンペースト蒸しパン 麦茶	ツナのお好み焼き 麦茶	スイートポテト 麦茶			手作りクッキー 麦茶		
27	28	29	30	31			
月	火	水	木	金			
たまご粥 さばの塩焼き ブロッコリーのグリーンサラダ なすの味噌汁 ヨーグルト パンプディング 麦茶	彩り粥 ささみのほうれん草ソース 夏野菜のさっぱりサラダ オニオンスープ 7月のパースディケーキ 豆乳の麩レンチトースト 麦茶	軟飯 豆腐の甘辛煮 きゅうりのバンバンジー 卵のとりみ汁 メロン 手作りプリン 麦茶	チーズ粥 お肉とブロッコリーのだし煮 コロコロサラダ 野菜スープ りんご さつまいも蒸しパン 麦茶	手まりおにぎり ツナとトマトの卵とじ ポテトサラダ 青菜のスープ スイカ ほうれん草サブレ 麦茶			
※ 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。							