



7月 幼児食予定献立表



平成30年

玉の子保育園

	月	火	水	木	金	土
幼児食	2 黒米ごはん ゴーヤーの三色炒め モズクの酢の物 いなむるち フルーツ	3 あわご飯 酢豚 ホーレン草の大徳寺浸し 大根の味噌汁 フルーツ	4 ご飯 ツォンヅンチ ゴホウサラダ 実たくさん味噌汁 フルーツ	5 ひじきチャーハン キャベツとマカロニのサラダ 青菜と麩の清汁 フルーツ	6 弁当会	7 星の子まつり
おやつ	黒糖蒸しパン 牛乳	フルーツ白玉 牛乳	おにぎり 麦茶	サトウイッチ パイン豆乳	お菓子 牛乳	
幼児食	9 卵丼 オニオンカツサラダ ワカメの味噌汁 フルーツ	10 あわご飯 タマネーチャンプル 納豆 キュウリの浅漬け 飛鳥スープ フルーツ	11 食パン ビーフチュー ブロッコリーの天ぷら 豆のココロサラダ フルーツ	12 黒米ご飯 魚のルウエー煮 かぼちゃサラダ ヘチマの味噌汁 フルーツ	13 ご飯 肉じゃが ゴホウサラダ 清汁 フルーツ	14 ピピンパ ビシキとセロリのサラダ 冬瓜と厚揚げの味噌汁 フルーツ
おやつ	スタックパン 牛乳	岩石揚げ 牛乳	おにぎり 麦茶	プレーンクッキー 牛乳	サーターアンドキーク 牛乳	おにぎり 麦茶
幼児食	16 海の日	17 車麩丼井風 五目と和え さつま汁 フルーツ	18 五目そば 野菜のかき揚げ ワカメとリンゴのサラダ フルーツ	19 黒米ごはん イカフライ 野菜と豆腐のサラダ 冬瓜ソブシー フルーツ	20 ひつまぶし ビシキの卵焼き ピーマンソテー フルーツ	21 職員研修
おやつ		ウイナーパン 牛乳	おにぎり 麦茶	米粉のアップルケーキ 牛乳	おにぎり 麦茶	
幼児食	23 黒米ごはん ササミとブロッコリーの中華炒め 大根の和え物 ジャガイモの味噌汁 フルーツ	24 あわご飯 パパイヤイリチー シヤモの唐揚げ サイロトマト けんちん味噌汁 フルーツ	25 ご飯 ハンパンのはさみ揚げ 切干大根の煮物 もずくサラダ 味噌汁 フルーツ	26 お豆いろいろカレー フレッチサラダ トマトスープ フルーツ	27 ご飯 ゴーヤーミートローフ マッシュポテト 温野菜サラダ 青菜の清汁 フルーツ	28 鮭チャーハン 切干大根の酢の物 変わり呉汁 フルーツ
おやつ	ポテトサトウ 牛乳	大学芋 牛乳	おにぎり 麦茶	ホットケーキ 牛乳	お誕生ケーキ 牛乳	おにぎり 麦茶
幼児食	30 ヘチマのハヤシライス レーズン入りサラダ 根菜のファイバースープ フルーツ	31 黒米ごはん 大根イリチー サバの照り焼き 野菜のゴマサラダ フルーツ ワカメとマッシュルームのスープ				
おやつ	ラスク 麦茶	たご焼き 牛乳				

平成30年

7月 離乳食予定献立表

玉の子保育園

日	曜日	7~8ヶ月頃 (舌でつぶせる硬さ)	9~11ヶ月頃 (歯茎でつぶせる硬さ)	材 料	おやつ	
2	月	全粥 卵ミとニンジンの煮物 柿の味噌汁 キュウリのつぶし煮 フルーツ	全粥→軟飯 卵ミと野菜の煮物 果物 軟らかキュウリの和え物 柿の味噌汁	米 卵ミ 豆腐 人参 ニンジン キュウリ モズク	蒸しパン ミルク	
3	火	全粥 卵ミとジャガ 任の煮物 フルーツ ホレン草の軟らか煮 大根の味噌汁	全粥→軟飯 卵ミとジャガ 任の煮物 ホレン草の大徳寺浸し 大根の味噌汁	米 卵ミ ジャガ 任 ニンジン ビーマン 柿 タマキ 大根 ホレン草	芋芋マッシュ ミルク	
4	水	全粥 白身魚と野菜の煮物 フルーツ 軟らかキュウリサラダ ジャガ 任の味噌汁	全粥→軟飯 魚と野菜の煮物 フルーツ 軟らかキュウリサラダ 実たくさん味噌汁	米 白身魚 豆腐 長柿 キュウリ ニンジン ハマ タマキ ジャガ 任	野菜おじや ミルク	
5	木	全粥 卵ミと野菜の煮物 青菜の清汁 キャベツの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 卵ミと野菜の煮物 フルーツ キャベツとマカロニの軟らか煮 青菜の清汁	米 卵ミ タマキ ビーマン 小松菜 コーン キュウリ キャベツ マカロニ	軟らかホットケーキ ミルク	
6	金	弁 当 会				乳児用お菓子 ミルク
7	土	星 の 子 ま つ り				
9	月	全粥 白身魚とニンジンの煮物 フルーツ キュウリのつぶし煮 豆腐の味噌汁	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 軟らかキュウリサラダ 豆腐の味噌汁	米 白身魚 豆腐 ニンジン インゲン 柿 タマキ 赤ビーマン キャベツ	野菜おじや ミルク	
10	火	全粥 卵ミとキャベツの煮物 豆腐の葛煮 青菜の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 卵ミとキャベツの煮物 果物 豆腐の葛煮 青菜の味噌汁	米 卵ミ 伽藍 ニンジン 豆腐 ビーマン 小松菜 キュウリ	芋芋マッシュ ミルク	
11	水	全粥 ブロッコリーの軟らか煮 野菜スープ 大根とキュウリの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 ブロッコリーの軟らか煮 果物 大根とキュウリの軟らか煮 野菜スープ	米 卵ミ ブロッコリー ジャガ 任 ニンジン タマキ インゲン キュウリ 大根	ニンジンおじや ミルク	
12	木	全粥 白身魚と大豆の煮物 柿の味噌汁 ハマの味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と大豆の煮物 柿の味噌汁 ハマの味噌汁 フルーツ	米 白身魚 大豆 ニンジン ビーマン 柿の味噌汁 菜 ハマ	蒸しパン ミルク	
13	金	全粥 卵ミとジャガ 任の煮物 フルーツ 軟らかキュウリサラダ 清汁	全粥→軟飯 卵ミとジャガ 任の煮物 軟らかキュウリサラダ 清汁 フルーツ	米 卵ミ 豆腐 ジャガ 任 タマキ 人参 グリビース 柿 キュウリ	軟らかホットケーキ ミルク	
14	土	全粥 白身魚と小松菜の軟らか煮 フルーツ 軟らかセロリとキュウリのサラダ 冬瓜の味噌汁	全粥→軟飯 魚と小松菜の煮物 フルーツ 軟らかセロリとキュウリのサラダ 冬瓜の味噌汁	米 白身魚 人参 ニンジン 小松菜 冬瓜 長柿 セロリ キュウリ 豆腐	野菜おじや ミルク	
16	月	海 の 日				
17	火	全粥 鮭とレタスの煮物 大根の味噌汁 小松菜の軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 鮭とレタスの煮物 フルーツ 大根の味噌汁 小松菜の軟らか煮	米 卵ミ レタス 鮭 長柿 大根 人参 小松菜 ニンジン	海苔おじや ミルク	
18	水	全粥 卵ミとニンジンの煮物 柿の清汁 キュウリのつぶし煮 フルーツ	全粥→軟飯 卵ミとニンジンの煮物 果物 軟らかキュウリサラダ 五目そば汁	米 卵ミ 小松菜 キャベツ ニンジン コー タマキ キュウリ	野菜おじや ミルク	
19	木	全粥 白身魚の葛煮 冬瓜の味噌汁 ホレン草の軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 ホレン草と豆腐のサラダ 冬瓜の味噌汁	米 白身魚 豆腐 ホレン草 人参 冬瓜 ニンジン	蒸しパン ミルク	
20	金	全粥 卵ミとビーマンの煮物 すまし汁 軟らかトマトサラダ フルーツ	全粥→軟飯 卵ミとビーマンの煮物 果物 軟らかトマトサラダ すまし汁	米 卵ミ 豆腐 ニンジン ビーマン 赤ビーマン 青柿	野菜おじや ミルク	
21	土	職 員 研 修				
23	月	全粥 卵ミとブロッコリーの煮物 フルーツ 大根のつぶし煮 ジャガ 任の味噌汁	全粥→軟飯 卵ミとブロッコリーの煮物 果物 大根の軟らか煮 ジャガ 任の味噌汁	米 卵ミ タマキ ブロッコリー ジャガ 任 柿 キュウリ 大根	ニンジンおじや ミルク	
24	火	全粥 パパ 任の軟らか煮 豆腐の味噌汁 白身魚の葛煮 フルーツ	全粥→軟飯 パパ 任の軟らか煮 果物 白身魚と野菜の煮物 豆腐の味噌汁	米 白身魚 豆腐 パパ 任 ニンジン ビーマン ジャガ 任	芋芋マッシュ ミルク	
25	水	全粥 切干大根の軟らか煮 味噌汁 キュウリのつぶし煮 フルーツ	全粥→軟飯 切干大根の煮物 味噌汁 軟らかキュウリサラダ 鮭フルール	米 白身魚 切干大根 ニンジン モズク レタス キュウリ トマト 小松菜	野菜おじや ミルク	
26	木	全粥 野菜汁 軟らかキャベツサラダ トマトスープ フルーツ	全粥→軟飯 野菜汁 トマトスープ 軟らかキャベツサラダ フルーツ	米 卵ミ 大豆 ひよこ豆 金時豆 トマト レタス キュウリ キャベツ セロリ ジャガ 任 柿	蒸しパン ミルク	
27	金	全粥 卵ミと野菜の煮物 ジャガ 任マッシュ 豆腐の清汁 フルーツ	全粥→軟飯 卵ミと野菜の煮物 フルーツ ジャガ 任マッシュ 豆腐の清汁	米 卵ミ ニンジン タマキ ジャガ 任 豆腐 ホレン草 グリビース	軟らかホットケーキ ミルク	
28	土	全粥 白身魚の葛煮 大根スープ 切干大根の軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 切干大根の軟らか煮 大根スープ	米 白身魚 豆腐 タマキ レタス キュウリ ニンジン 切干大根 小松菜 長柿 大根	野菜おじや ミルク	
30	月	全粥 ハマと豆腐の煮物 ファイバースープ キャベツの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 ハマと豆腐の煮物 フルーツ キャベツの軟らか煮 ファイバースープ	米 卵ミ 豆腐 ハマ タマキ ニンジン キャベツ 大根 オートミール	海苔おじや ミルク	
31	火	全粥 白身魚と大根の煮物 フルーツ ホレン草の軟らか煮 柿のスープ	全粥→軟飯 白身魚と大根の煮物 ホレン草の軟らか煮 柿のスープ フルーツ	米 白身魚 大根 ニンジン ホレン草 長柿	芋芋マッシュ ミルク	



7月 幼児食予定献立表



平成30年

玉の子夜間保育園

	月	火	水	木	金	土
幼児食	2 トマトライス スパゲティーサラダ ゆで卵 小松菜の味噌汁 フルーツ	3 ご飯 チキンの照り焼き ジャーマンポテト 胡瓜のおかか和え 味噌汁 フルーツ	4 夏野菜カレー ゴマサラダ スープ フルーツ	5 ご飯 サバのみそ焼き 野菜炒め ソーメン汁 フルーツ	6 弁当会	7 星の子まつり
幼児食	9 炊き込みご飯 ブロッコリーのサラダ かぼちゃのそぼろあん 滑汁 フルーツ	10 ご飯 肉団子の煮込み 春雨とトマトのサラダ 味噌汁 フルーツ	11 冷やし中華 ちくわの磯辺揚げ 中華スープ フルーツ	12 ご飯 天ぷら ごぼう稲荷の煮物 きゅうり梅肉和え 味噌汁 フルーツ	13 キーマカレー スパゲティーサラダ スープ フルーツ	14 ご飯 オムレツ キャベツサラダ スープ フルーツ
幼児食	16 海の日	17 エビピラフ ポテトサラダ(トマト添え) スープ フルーツ	18 ご飯 ゴーヤーチャンプルー もずく酢 味噌汁 フルーツ	19 ご飯 魚フライ(コールスロー添え) マカロニサラダ 味噌汁 フルーツ	20 黒米ご飯 なす味噌炒め 中華サラダ すまし汁 フルーツ	21 職員研修
幼児食	23 天津丼 キャベツ和え けんちん汁 フルーツ	24 野菜カレー トマトサラダ ジュリアンスープ フルーツ	25 ご飯 ごぼうのかき揚げ かぼちゃの煮物 サラダ 肉団子スープ フルーツ	26 マーボー豆腐丼 中華サラダ 実だくさん味噌汁 フルーツ	27 ご飯 とり唐揚げ ゴーヤーチャンプルー ポテトサラダ コーンスープ フルーツ	28 ご飯 鮭のムニエル きんぴらごぼう サラダ 豚汁 フルーツ
幼児食	30 挽肉ともずくのそぼろあん丼 春雨とトマトの中華サラダ ベーコンと厚揚げのスープ フルーツ	31 黒米ご飯 切り干し大根の卵焼き 高野豆腐の煮物 大根の浅漬け ヘチマの味噌汁 フルーツ				