



7月のメニュー



日	曜日	初期	中期	後期		肉・魚・卵類など	米・芋類など	野菜類
				午前	午後			
1	水	つぶしがゆ オレンジ 白身魚のマッシュ 人参マッシュ 玉ねぎスープ	全がゆ オレンジ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋の柔煮 野菜スープ	軟飯 オレンジ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋の柔煮 野菜スープ	りんごゼリー	白身魚	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・きゅうり・オレンジ
2	木	つぶしがゆ かぼちゃマッシュ 人参マッシュ 冬瓜のスープ	全がゆ 冬瓜の柔らか煮 人参の柔煮 かぼちゃスープ	軟飯 キウイフルーツ 冬瓜のそぼろ煮 人参の柔煮 かぼちゃのみそ汁	にんじんホットケーキ	鶏ひき肉	精白米・片栗粉	冬瓜・人参・かぼちゃ・玉ねぎ・キウイフルーツ
3	金	つぶしがゆ パナナ 白身魚のマッシュ ほうれん草マッシュ 野菜スープ	全がゆ パナナ 白身魚のトマトソース さつま芋の柔煮 野菜スープ	軟飯 パナナ 白身魚のトマトソース さつま芋の柔煮 野菜スープ	米粉蒸しパン	白身魚	精白米・片栗粉・さつま芋	トマト・人参・玉ねぎ・ほうれん草・パナナ
4	土	つぶしがゆ 人参マッシュ かぼちゃマッシュ ほうれん草のスープ	野菜がゆ かぼちゃの柔らか煮	野菜がゆ かぼちゃの柔らか煮	赤ちゃん用お菓子	高野豆腐	精白米・片栗粉	人参・かぼちゃ・玉ねぎ
6	月	つぶしがゆ パナナ 白身魚のマッシュ じゃが芋マッシュ 人参スープ	全がゆ パナナ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋の柔煮 小松菜のスープ	軟飯 パナナ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋の柔煮 小松菜とわかめのスープ	バナナヨーグルト	白身魚・カットわかめ	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・トマト・小松菜・人参・パナナ
7	火	つぶしがゆ 豆腐マッシュ 人参マッシュ 野菜スープ	全がゆ すいか 豆腐の野菜あんかけ 人参の柔煮 野菜スープ	軟飯 すいか 豆腐のおやき 人参の柔煮 野菜スープ	みかんゼリー	絹豆腐	精白米・片栗粉	玉ねぎ・人参・なす・トマト・さやいんげん・きゅうり・キャベツ・すいか
8	水	つぶしがゆ 豆腐マッシュ じゃが芋マッシュ 野菜スープ	全がゆ 豆腐と野菜の柔らか煮 じゃが芋の柔煮 すまし汁	軟飯 キウイフルーツ 豆腐とひじきの柔らか煮 じゃが芋の柔煮 すまし汁	ホットケーキ	絹豆腐・干しひじき	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・キウイフルーツ
9	木	つぶしがゆ パナナ 人参マッシュ 玉ねぎマッシュ 野菜スープ	全がゆ パナナ 鶏ささみと野菜の柔らか煮 人参の柔煮 冬瓜のスープ	軟飯 パナナ 鶏ささみと野菜の柔らか煮 人参の柔煮 冬瓜のスープ	ふんわり蒸しパン	鶏ささみ	精白米・片栗粉・さつま芋	玉ねぎ・人参・冬瓜・パナナ
10	金	つぶしがゆ オレンジ 白身魚のマッシュ じゃが芋マッシュ 人参スープ	全がゆ オレンジ 白身魚のあんかけ 人参の柔煮 じゃが芋のスープ	軟飯 オレンジ 白身魚のあんかけ 人参の柔煮 じゃが芋のみそ汁	米粉と豆腐の蒸しパン	白身魚	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・オレンジ
11	土	つぶしがゆ かぼちゃマッシュ 玉ねぎマッシュ 野菜スープ	野菜がゆ かぼちゃの柔らか煮	野菜がゆ かぼちゃの柔らか煮	赤ちゃん用お菓子	豚肉	精白米・片栗粉	キャベツ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ
13	月	つぶしがゆ オレンジ 豆腐マッシュ じゃが芋マッシュ 人参スープ	全がゆ オレンジ 豆腐と野菜の柔らか煮 じゃが芋の柔煮 なすのスープ	軟飯 オレンジ 豆腐と野菜の柔らか煮 じゃが芋の柔煮 なすのみそ汁	すいか	絹豆腐	精白米・片栗粉・じゃが芋	人参・さやいんげん・なす・玉ねぎ・オレンジ
14	火	つぶしがゆ パナナ トマトマッシュ かぼちゃマッシュ 玉ねぎスープ	全がゆ パナナ 鶏ささみと野菜の煮物 かぼちゃの柔煮 トマトスープ	軟飯 パナナ 鶏ささみと野菜の煮物 かぼちゃの柔煮 トマトスープ	食パン	鶏ささみ	精白米・片栗粉	トマト・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・パナナ
15	水	つぶしがゆ オレンジ 白身魚のマッシュ 人参マッシュ 玉ねぎスープ	全がゆ オレンジ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋の柔煮 野菜スープ	軟飯 オレンジ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋の柔煮 野菜スープ	りんごゼリー	白身魚	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・きゅうり・オレンジ
16	木	つぶしがゆ かぼちゃマッシュ 人参マッシュ 冬瓜のスープ	全がゆ 冬瓜の柔らか煮 人参の柔煮 かぼちゃスープ	軟飯 キウイフルーツ 冬瓜のそぼろ煮 人参の柔煮 かぼちゃのみそ汁	にんじんホットケーキ	鶏ひき肉	精白米・片栗粉	冬瓜・人参・かぼちゃ・玉ねぎ・キウイフルーツ
17	金	つぶしがゆ パナナ 白身魚のマッシュ ほうれん草マッシュ 野菜スープ	全がゆ パナナ 白身魚のトマトソース さつま芋の柔煮 野菜スープ	軟飯 パナナ 白身魚のトマトソース さつま芋の柔煮 野菜スープ	米粉蒸しパン	白身魚	精白米・片栗粉・さつま芋	トマト・人参・玉ねぎ・ほうれん草・パナナ
18	土	つぶしがゆ 人参マッシュ かぼちゃマッシュ ほうれん草のスープ	野菜がゆ かぼちゃの柔らか煮	野菜がゆ かぼちゃの柔らか煮	赤ちゃん用お菓子	高野豆腐	精白米・片栗粉	人参・かぼちゃ・玉ねぎ
21	火	つぶしがゆ オレンジ 豆腐マッシュ 人参マッシュ 野菜スープ	全がゆ オレンジ 豆腐と野菜の柔らか煮 じゃが芋の柔煮 野菜のスープ	軟飯 オレンジ 豆腐と野菜の柔らか煮 じゃが芋の柔煮 みそ汁	蒸しパン	絹豆腐	精白米・片栗粉・じゃが芋	人参・なす・玉ねぎ・小松菜・オレンジ
22	水	つぶしがゆ 豆腐マッシュ じゃが芋マッシュ 野菜スープ	全がゆ 豆腐と野菜の柔らか煮 じゃが芋の柔煮 すまし汁	軟飯 キウイフルーツ 豆腐とひじきの柔らか煮 じゃが芋の柔煮 すまし汁	ホットケーキ	絹豆腐・干しひじき	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・キウイフルーツ
23	木	つぶしがゆ パナナ 人参マッシュ 玉ねぎマッシュ 野菜スープ	全がゆ パナナ 鶏ささみと野菜の柔らか煮 人参の柔煮 冬瓜のスープ	軟飯 パナナ 鶏ささみと野菜の柔らか煮 人参の柔煮 冬瓜のスープ	ふんわり蒸しパン	鶏ささみ	精白米・片栗粉・さつま芋	玉ねぎ・人参・冬瓜・パナナ
24	金	つぶしがゆ オレンジ 白身魚のマッシュ じゃが芋マッシュ 人参スープ	全がゆ オレンジ 白身魚のあんかけ 人参の柔煮 じゃが芋のスープ	軟飯 オレンジ 白身魚のあんかけ 人参の柔煮 じゃが芋のみそ汁	米粉と豆腐の蒸しパン	白身魚	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・オレンジ
25	土	つぶしがゆ かぼちゃマッシュ 玉ねぎマッシュ 野菜スープ	野菜がゆ かぼちゃの柔らか煮	野菜がゆ かぼちゃの柔らか煮	赤ちゃん用お菓子	豚肉	精白米・片栗粉	キャベツ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ
27	月	つぶしがゆ オレンジ 豆腐マッシュ じゃが芋マッシュ 人参スープ	全がゆ オレンジ 豆腐と野菜の柔らか煮 じゃが芋の柔煮 なすのスープ	軟飯 オレンジ 豆腐と野菜の柔らか煮 じゃが芋の柔煮 なすのみそ汁	すいか	絹豆腐	精白米・片栗粉・じゃが芋	人参・さやいんげん・なす・玉ねぎ・オレンジ
28	火	つぶしがゆ パナナ トマトマッシュ かぼちゃマッシュ 玉ねぎスープ	全がゆ パナナ 鶏ささみと野菜の煮物 かぼちゃの柔煮 トマトスープ	軟飯 パナナ 鶏ささみと野菜の煮物 かぼちゃの柔煮 トマトスープ	食パン	鶏ささみ	精白米・片栗粉	トマト・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・パナナ
29	水	つぶしがゆ オレンジ 白身魚のマッシュ 人参マッシュ 玉ねぎスープ	全がゆ オレンジ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋の柔煮 野菜スープ	軟飯 オレンジ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋の柔煮 野菜スープ	りんごゼリー	白身魚	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・人参・きゅうり・オレンジ
30	木	つぶしがゆ かぼちゃマッシュ 人参マッシュ 冬瓜のスープ	全がゆ 冬瓜の柔らか煮 人参の柔煮 かぼちゃスープ	軟飯 キウイフルーツ 冬瓜のそぼろ煮 人参の柔煮 かぼちゃのみそ汁	にんじんホットケーキ	鶏ひき肉	精白米・片栗粉	冬瓜・人参・かぼちゃ・玉ねぎ・キウイフルーツ
31	金	つぶしがゆ パナナ 白身魚のマッシュ じゃが芋マッシュ 人参スープ	全がゆ パナナ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋の柔煮 小松菜のスープ	軟飯 パナナ 白身魚の野菜あんかけ じゃが芋の柔煮 小松菜とわかめのスープ	バナナヨーグルト	白身魚・カットわかめ	精白米・片栗粉・じゃが芋	玉ねぎ・トマト・小松菜・人参・パナナ