

令和5年度		7月		献立予定表		六甲ゆりかごこども園・クーラ	
日	曜日	おひる	おやつ(牛乳)	主な材料	カや熱になる	血や肉になる	体の調子を整える
1	土	麻婆ラーメン 中華サラダ 粉ふき芋 もも缶	午前 ビスケット 午後 ソフトサラダせんべい	●中華麺 ごま油 じゃが芋 ●豚肉 味噌 ハム 豆腐 牛乳 ●にんにく 生姜 人参 レタス 胡瓜 どうもろこし みかん缶 もも缶			
3	月	ご飯 南禅寺蒸し しらたきのたらこ炒め 白菜のツナ和え オクラの味噌汁 スイカ	午前 あられ 午後 パナマフィン	●米 白滝 バター 小麦粉 ●卵 豆腐 鶏肉 ツナ たらこ 油揚げ 味噌 牛乳 ●白菜 小松菜 人参 大根 ねぎ 玉葱 パナナ			
4	火	ご飯 鯖の味噌焼き ビーマンと人参そぼろ炒め 納豆和え きのご田舎汁 りんご	午前 おこし 午後 ーロドーナツ	●米 片栗粉 粉糖 ●鯖 味噌 かつお 鶏肉 牛乳 卵 ●ブロッコリー 胡瓜 梅干し 玉葱 人参 ビーマン 舞茸 しめじ メロン			
5	水	クロワッサン 牛肉のガーリックソテー メロン さつま芋サラダ アスパラバター コンソメスープ	午前 ポーロ 午後 鮭おにぎり	●パン さつま芋 マヨネーズ バター ●牛肉 ベーコン 鮭 牛乳 ●パプリカ 玉葱 人参 レーズン みかん缶 枝豆 どうもろこし 他4種			
6	木	ご飯 カレイのフライ 高野豆腐の卵とじ 春雨の和え物 わかめの味噌汁 パナナ	午前 ビスケット 午後 ヨーグルトケーキ	●米 パン粉 小麦粉 マヨネーズ 他3種 ●カレイ 卵 ハム わかめ 他3種 ●椎茸 人参 さやえんどう ミニトマト 胡瓜 玉葱 ねぎ りんご			
7	金	七夕そうめん 鶏肉の塩麩焼き 豆苗ののり和え オレンジ	午前 あられ 午後 フルーツ白玉	●そうめん 白玉粉 上新粉 ●ハム 鶏肉 のり 牛乳 ●どうもろこし オクラ トマト 豆苗 もやし 小松菜 オレンジ 他4種			
8	土	焼きビーフン ツナサラダ 人参と玉葱のすまし汁 みかん缶	午前 おこし 午後 源氏パイ	●ビーフン ごま油 マヨネーズ ●豚肉 海老 ツナ わかめ 牛乳 ●もやし 玉葱 ビーマン キャベツ 胡瓜 人参 みかん缶			
10	月	ご飯 太刀魚のかば焼き オレンジ ブロッコリーの梅和え 大根のそぼろ煮 白菜の味噌汁	午前 ポーロ 午後 りんごブレッド	●米 蒟蒻 片栗粉 バター ●太刀魚 海苔 鶏肉 味噌 卵 牛乳 ●ほうれん草 キャベツ 人参 大根 生姜 白菜 玉葱 ねぎ 他3種			
11	火	牛肉ときのこの混ぜご飯 おかかドレッシングサラダ じゃこと枝豆のコロッケ みぞれ汁 ぶどうゼリー	午前 ビスケット 午後 チョコチップパンボンクッキー	●米 じゃが芋 パン粉 HM 他3種 ●牛肉 しらす 鶏肉 豆腐 他3種 ●牛蒡 しめじ 玉葱 ねぎ 枝豆 どうもろこし トマト サニーレタス 他5種			
12	水	ご飯 豚肉の胡麻醤油炒め 里芋の煮物 スイカ ほうれん草の胡麻和え 葱とわかめのすまし汁	午前 あられ 午後 焼きトウモロコシ	●米 ごま油 里芋 葱 小麦粉 ●豚肉 油揚げ かつお節 わかめ 豆乳 牛乳 ●玉葱 たら ねぎ にんにく キャベツ ほうれん草 もやし 他2種			
13	木	ハムと卵のサンド 白身魚のタンドリー焼き さいころサラダ 鶏肉スープ さくらんぼ	午前 おこし 午後 そば飯	●パン マヨネーズ コーンフレーク 他3種 ●ハム 卵 メルルーサ 他5種 ●生姜 にんにく 玉葱 胡瓜 人参 アスパラガス みかん缶 パセリ 他4種			
14	金	ブロッコリーとベーコンの Pasta チキン入りサラダ キャベツのオムレツ 玉葱のスープ りんご	午前 ポーロ 午後 ももちチーズパン	●スパゲッティ 白玉粉 ●ベーコン 卵 牛乳 ツナ 鶏肉 チーズ ●玉葱 しめじ エリンギ ブロッコリー キャベツ レタス サニーレタス 他3種			
15	土	豚汁うどん 小松菜のナムル 南瓜の甘煮 パイン缶	午前 ビスケット 午後 ぼたぼた焼き	●うどん 蒟蒻 ごま ●豚肉 味噌 牛乳 ●大根 玉葱 人参 小松菜 胡瓜 もやし 南瓜 パイナップル			
18	火	ご飯 鮭のきじ焼き 鶏肉と蓮根の炒り煮 オクラとトマトのおかか和え 茄子の味噌汁 パナナ	午前 あられ 午後 プリン	●米 ごま 生クリーム ●鮭 かつお 鶏肉 味噌 卵 牛乳 ●生姜 オクラ 胡瓜 トマト 蓮根 グリンピース 茄子 ねぎ メロン			
19	水	野菜たっぷり味噌ラーメン 胡瓜の中華和え じゃことしその卵焼き りんご	午前 おこし 午後 ポテトフライ	●中華麺 ごま じゃが芋 ●豚肉 味噌 卵 しらす 青のり 牛乳 ●もやし たら 白菜 人参 どうもろこし にんにく 玉葱 椎茸 大葉 他3種			
20	木	ご飯 鯖の塩焼き 牛肉とさつま芋の煮物 蒟蒻の白和え 玉葱のすまし汁 オレンジ	午前 ポーロ 午後 黒糖蒸しパン	●米 ゴマ さつま芋 ●鯖 味噌 牛肉 わかめ 牛乳 ●人参 小松菜 胡瓜 生姜 玉葱 三つ葉 さくらんぼ どうもろこし			
21	金	ミルクロール きのごハンバーグ メロン マカロニサラダ 南瓜のバター レタスの冷製スープ	午前 ビスケット 午後 枝豆ごはん	●パン パン粉 片栗粉 他4種 ●牛肉 豚肉 牛乳 ハム しらす ●玉葱 しめじ えのき 胡瓜 人参 南瓜 パセリ トマト レタス 他2種			
22	土	たらこの和風Pasta トマトサラダ じゃが芋スープ パナナ	午前 あられ 午後 ビスコ	●スパゲッティ じゃが芋 ●イカ たらこ わかめ 鶏肉 牛乳 ●エリンギ しめじ 玉葱 トマト ほうれん草 パナナ			
24	月	ご飯 鶏肉の梅肉焼き ひじきの胡麻和えサラダ 切干とベーコンの炒め物 なめこのすまし汁 りんご	午前 おこし 午後 麩のラスク	●米 マヨネーズ 麩 バター ●鶏肉 ベーコン ひじき 牛乳 ●梅干し どうもろこし 人参 ほうれん草 切り干し 玉葱 にんにく 他4種			
25	火	ポテサラサンド ポークビーンズ グリーンサラダ 根菜スープ オレンジ	午前 ポーロ 午後 鶏飯	●パン じゃがいも マヨネーズ ●ツナ 豚肉 鶏肉 牛乳 ●胡瓜 人参 玉葱 にんにく レタス サニーレタス パプリカ 他5種			
26	水	鶏南蛮うどん 鱈の磯辺揚げ 豆腐サラダ スイカ	午前 ビスケット 午後 アップルポテト	●うどん 小麦粉 さつま芋 バター ●鶏肉 タラ 卵 青のり わかめ 他3種 ●ねぎ 人参 玉葱 胡瓜 トマト グレープフルーツ スイカ			
27	木	ドライカレー ウィンナー入りオムレツ レタスとオレンジのサラダ 白菜スープ パナナ	午前 あられ 午後 ジャムサンド	●米 パン ジャム ●牛肉 豚肉 卵 牛乳 ウィンナー ●ビーマン 茄子 グリンピース トマト にんにく オレンジ レタス 他4種			
28	金	ご飯 鯖の照り焼き じゃが芋のたらこ煮 小松菜ののり和え 大根の味噌汁 グレープフルーツ	午前 おこし 午後 ハートパイ	●米 じゃが芋 蒟蒻 パイ ●鯖 たらこ わかめ のり 味噌 牛飯 ●小松菜 人参 もやし 玉葱 ねぎ オクラ グレープフルーツ			
29	土	焼きそば かぶと胡瓜の中華和え もやしスープ もも缶	午前 ポーロ 午後 ソフトサラダせんべい	●中華麺 ごま油 ●豚肉 海老 ハム わかめ 牛乳 ●キャベツ 玉葱 ビーマン かぶ 胡瓜 もやし もも缶			
31	月	うなぎの混ぜご飯 ささみと野菜の和え物 ブロッコリーの天ぷら もすくの味噌汁 メロン	午前 ビスケット 午後 みかんゼリー	●米 ゴマ 小麦粉 ●鰻 卵 ささみ 味噌 もすく 寒天 ●さやえんどう ほうれん草 もやし 人参 キャベツ 生姜 ブロッコリー 他3種			

※午前のおやつ(0, 1, 2歳のみ)変更する場合があります。

ゆりかご クーラ お誕生日会です。

立案者: 田邊 裕紀子

令和5年度		7月	離乳食 予定献立表		六甲ゆいかごこども園
日	曜日	ごはん	おやつ		材料
1	土	煮込みラーメン 肉団子と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	中華麺 豚ミンチ 人参 ブロッコリー ジャガ芋
3	月	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 鶏肉 人参 白菜 大根
4	火	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	米 鯖 玉葱 人参 南瓜
5	水	パン粥 スープ 牛肉と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	パン 牛肉 人参 さつま芋 玉葱
6	木	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	米 かれい ブロッコリー 人参 南瓜
7	金	煮込みそうめん ささみと野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	そうめん ささみ 人参 ほうれん草 トマト
8	土	煮込みビーフン 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	ビーフン 豚肉 キャベツ 人参 さつま芋
10	月	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 太刀魚 人参 玉葱 南瓜
11	火	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	米 鶏肉 ジャガ芋 人参 トマト
12	水	お粥 お汁 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 豚肉 ほうれん草 キャベツ 人参
13	木	スープパスタ ささみと野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	スパゲッティ ささみ ブロッコリー 人参 玉葱
14	金	パン粥 スープ 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	パン 白身魚 人参 南瓜 玉葱
15	土	煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	うどん 豚肉 南瓜 大根 人参
18	火	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 鮭 トマト 白菜 玉葱
19	水	煮込みラーメン 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	中華麺 鶏肉 人参 玉葱 さつま芋
20	木	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 鯖 人参 ほうれん草 南瓜
21	金	パン粥 スープ 肉団子と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	パン 豚肉 牛肉 トマト 人参 ブロッコリー
22	土	スープパスタ ささみと野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	スパゲッティ ささみ ジャガ芋 人参 玉葱
24	月	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	米 鶏肉 さつま芋 玉葱 人参
25	火	パン粥 スープ 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	パン 豚肉 大根 人参 ブロッコリー
26	水	煮込みうどん 魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	うどん タラ 人参 さつま芋 ほうれん草
27	木	お粥 お汁 肉団子と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	米 豚肉 牛肉 白菜 人参 玉葱
28	金	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	米 鯖 キャベツ 人参 ブロッコリー
29	土	煮込みラーメン 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット 赤ちゃんせんべい	中華麺 豚肉 人参 キャベツ 玉葱
31	月	お粥 お汁 ささみと野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ポーロ	米 ささみ 人参 ブロッコリー 南瓜

※午前のおやつは変更する場合があります。

ゆりかご

お誕生日会です。

立案者：田邊 裕紀子