

令和6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 きのこや野菜類
1	月	ご飯 鯖の西京焼き ささみの野菜の和え物 里芋の煮ころがし ニラのすまし汁 オレンジ	午前 おこし 午後 とうもろこし	●米 ゴマ HM ●鯖 ささみ 豆腐 牛乳 ●きゅうり もやし 人参 生姜 たら 玉葱 三つ葉 オレンジ	
2	火	ご飯 豚肉のピカタ 蓮根サラダ 厚揚げのさっと煮 麩の味噌汁 りんご	午前 ビスケット 午後 バナナフレット	●米 小麦粉 麩 バター ●豚肉 卵 厚揚げ わかめ 味噌 牛乳 ●パセリ 蓮根 水菜 胡瓜 しめじ 小松菜 玉葱 りんご バナナ	
3	水	ミルクロール 鯖のムニエル じゃが芋の炒め物 バナナ りんごとナッツのサラダ ほうれん草のスープ	午前 ポーロ 午後 ゆかりおにぎり	●パン 小麦粉 バター じゃが芋 米 ●鰯 ウィナー 牛乳 ●りんご 胡瓜 人参 レタス サニーレタス レーズン 玉葱 にんにく 他3種	
4	木	ご飯 肉豆腐 白菜のツナ和え メロン 南瓜の甘煮 なめこのすまし汁	午前 あられ 午後 おからドーナツ	●米 HM ●豆腐 牛肉 ツナ おから 卵 牛乳 ●玉葱 ビーマン 白菜 胡瓜 人参 南瓜 なめこ えのき 三つ葉 メロン	
5	金	七夕そうめん 鶏肉の塩麩焼き もやしののり和え スイカ	午前 おこし 午後 フルーツ白玉	●そうめん 白玉粉 上新粉 蒟蒻 ●ハム 鶏肉 海苔 牛乳 ●とうもろこし オクラ トマト ねぎ 胡瓜 人参 もやし スイカ 他3種	
6	土	ナポリタン 蓮根サラダ 鶏肉スープ 桃缶	午前 ビスケット 午後 ぼたぼた焼き	●スパゲッティ マヨネーズ ゴマ ●ウィナー 鶏肉 牛乳 ツナ ●玉葱 人参 ビーマン にんにく 大根 かいわれ大根 パセリ 桃缶	
8	月	ご飯 豆腐の松風焼き キャベツのおかか和え 切り干しの炒め物 玉葱のすまし汁 オレンジ	午前 ポーロ 午後 人参ケーキ	●米 パン粉 ゴマ 蒟蒻 小麦粉 バター ●豆腐 鶏肉 牛乳 卵 味噌 他2種 ●ねぎ 玉葱 キャベツ ほうれん草 人参 切干大根 にんにく 他2種	
9	火	鮭の混ぜ寿司 あおさコロッケ マカロニサラダ みぞれ汁 りんごゼリー	午前 あられ 午後 ハートパイ	●米 じゃが芋 小麦粉 パン粉 他2種 ●鮭 鶏肉 あおさ ハム 寒天 牛乳 ●胡瓜 玉葱 トマト 人参 しめじ 大根 小松菜 りんご 桃缶	
10	水	カレーうどん じゃこの卵焼き オクラと豆腐のサラダ りんご	午前 おこし 午後 芋ようかん	●うどん 片栗粉 さつま芋 ●牛肉 油揚げ 卵 しらす 豆腐 わかめ 他3種 ●生姜 人参 玉葱 ねぎ 椎茸 トマト オクラ りんご	
11	木	ご飯 鯖のネギあんかけ 粉ふき芋 白菜のたらこ和え わかめの味噌汁 バナナ	午前 ビスケット 午後 チョコスコーン	●米 片栗粉 じゃが芋 HM 他2種 ●鱈 たらこ わかめ 味噌 牛乳 ●ねぎ 胡瓜 白菜 人参 玉葱 バナナ	
12	金	ハムサンド ポークビーンズ グリーンサラダ コンソメスープ メロン	午前 ポーロ 午後 枝豆ごはん	●パン マヨネーズ 米 ●ハム 豚肉 大豆 ベーコン しらす 牛乳 ●胡瓜 玉葱 人参 グリンピース にんにく レタス セロリ 他4種	
13	土	ソース焼きそば もやしの中華和え 人参のすまし汁 パン缶	午前 あられ 午後 ソフトサラダせんべい	●中華麺 ごま油 ●豚肉 牛乳 ●キャベツ たら 胡瓜 もやし 人参 えのき パイナップル	
16	火	しらすとブロッコリーパスタ ウィナー入りオムレツ チキンサラダ 人参のスープ オレンジ	午前 おこし 午後 ポテトフライ	●スパゲッティ じゃが芋 ●しらす 卵 牛乳 ウィナー 鶏肉 あおさ 牛乳 ●ブロッコリー 玉葱 しめじ にんにく ほうれん草 レタス トマト 他4種	
17	水	ご飯 鯖の生姜醤油焼き 蒟蒻の白和え 冬瓜のそぼろ煮 えのきのすまし汁 バナナ	午前 ビスケット 午後 コーンフレーク	●米 蒟蒻 ゴマ 片栗粉 コーンフレーク ●鯖 厚揚げ 味噌 鶏肉 牛乳 ●生姜 人参 小松菜 胡瓜 冬瓜 グリンピース 三つ葉 玉葱 えのき バナナ	
18	木	ご飯 厚揚げバーグ 菜種和え 蓮根の金平 大根の味噌汁 スイカ	午前 ポーロ 午後 プレーンクッキー	●米 蒟蒻 バター 小麦粉 ●厚揚げ 牛肉 豚肉 卵 かつお節 しらす 味噌 ●玉葱 胡瓜 キャベツ 人参 もやし 蓮根 ビーマン 大根 ねぎ スイカ	
19	金	オレンジブリオッシュ カレイのトマト焼き 水菜サラダ 南瓜ソテー 豆乳スープ りんご	午前 あられ 午後 そぼろご飯	●パン ごま油 ●かれい ベーコン 鶏肉 豆腐 豆乳 鶏肉 牛乳 ●玉葱 水菜 レタス 人参 胡瓜 トマト とうもろこし 南瓜 他2種	
20	土	醤油焼きうどん ブロッコリーのゆかり和え とろろ昆布のすまし汁 バナナ	午前 おこし 午後 ビスコ	●うどん ●豚肉 わかめ とろろ昆布 牛乳 ●キャベツ 人参 たら もやし ブロッコリー 大葉 玉葱 バナナ	
22	月	ご飯 鮭のきじ焼き 白菜の味噌汁 オクラの納豆和え 鶏肉の炒り煮 メロン	午前 ビスケット 午後 みかんゼリー	●米 ゴマ 長芋 ●鮭 納豆 かつお節 鶏肉 油揚げ 味噌 寒天 牛乳 ●生姜 オクラ 蓮根 人参 グリンピース 白菜 ねぎ メロン みかん缶	
23	火	ホットドッグ 人参ドレッシングサラダ ブロッコリーの炒め物 野菜スープ バナナ	午前 ポーロ 午後 じゃこおにぎり	●パン じゃが芋 米 ●ウィナー わかめ 鶏肉 ベーコン 卵 しらす ●キャベツ 人参 胡瓜 レタス とうもろこし ブロッコリー 他4種	
24	水	ご飯 味噌焼きチキン ポテトサラダ 小松菜の炒め物 大根のすまし汁 オレンジ	午前 あられ 午後 マドレーヌ	●米 じゃが芋 HM バター ●鶏肉 味噌 卵 竹輪 牛乳 ●生姜 胡瓜 人参 とうもろこし 小松菜 大根 三つ葉 えのき オレンジ	
25	木	冷麺 はんぺん入り卵焼き モロヘイヤののり和え りんご	午前 おこし 午後 芋もち	●中華麺 ごま油 さつま芋 ●ささみ 卵 わかめ はんぺん 海苔 きな粉 ●胡瓜 トマト もやし 玉葱 ねぎ モロヘイヤ 人参 りんご	
26	金	親子丼 太刀魚の酒蒸し 春雨の和え物 油揚げの味噌汁 バナナ	午前 ビスケット 午後 ジャムサンド	●米 春雨 パン ジャム ●鶏肉 卵 太刀魚 ハム わかめ 味噌 牛乳 ●玉葱 グリンピース 人参 三つ葉 胡瓜 ねぎ バナナ	
27	土	高菜スパゲッティ 人参のスープ ささみの胡麻ドレッシングサラダ みかん缶	午前 ポーロ 午後 源氏パイ	●スパゲッティ ゴマ ●しらす ささみ 牛乳 ●高菜漬 玉葱 胡瓜 人参 ビーマン サニーレタス レタス パセリ みかん缶	
29	月	ご飯 鶏焼きつくね 青菜サラダ さらさ炒め けんちん汁 オレンジ	午前 あられ 午後 フルーツポンチ	●米 片栗粉 じゃが芋 ●鶏肉 卵 味噌 しらす 豆腐 牛乳 ●玉葱 生姜 えのき キャベツ 人参 椎茸 ねぎ ビーマン 他6種	
30	火	ご飯 鯖の照り焼き 和風サラダ 筑前煮 もずくの味噌汁 メロン	午前 おこし 午後 ヨーグルト蒸しパン	●米 蒟蒻 ごま油 ●鯖 油揚げ 鶏肉 味噌 もずく 牛乳 ●人参 胡瓜 もやし 蓮根 牛蒡 筍 椎茸 ねぎ 玉葱 メロン とうもろこし	
31	水	肉うどん 竹輪の磯辺揚げ ひじきの胡麻和えサラダ バナナ	午前 ビスケット 午後 シーチキンご飯	●うどん 小麦粉 ゴマ マヨネーズ ●牛肉 竹輪 卵 あおさ ひじき 他2種 ●玉葱 人参 ねぎ とうもろこし ほうれん草 バナナ	

※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: 出口 裕紀子

令和6年度		7月	離乳食 予定献立表		六甲ゆりかごこども園・クーラ
日	曜日	ごはん	おやつ		材料
1	月	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ビスケット	米 白身魚 人参 キャベツ 玉葱
2	火	お粥 お汁 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ポーロ 赤ちゃんせんべい	米 豚肉 人参 大根 南瓜
3	水	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット ポーロ	米 鱈 じゃが芋 人参 玉葱
4	木	パン スープ 牛肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ビスケット	米 牛肉 人参 白菜 南瓜
5	金	煮込みそーめん 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	ポーロ 赤ちゃんせんべい	そうめん 鶏肉 人参 トマト さつま芋
6	土	スープパスタ 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット ポーロ	スパゲッティ 白身魚 人参 玉葱 南瓜
8	月	お粥 お汁 鶏団子と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ビスケット	米 鶏ミンチ キャベツ 人参 玉葱
9	火	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ポーロ 赤ちゃんせんべい	米 鮭 大根 じゃが芋 人参
10	水	煮込みうどん 牛肉と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット ポーロ	うどん 牛肉 人参 玉葱 南瓜
11	木	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ビスケット	米 白身魚 白菜 人参 じゃが芋
12	金	パン スープ 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ポーロ 赤ちゃんせんべい	パン 豚肉 人参 玉葱 ブロccoli
13	土	煮込みラーメン ささみと野菜の煮物	午前 午後	ビスケット ポーロ	中華麺 ささみ 人参 大根 玉葱
16	火	スープパスタ 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ビスケット	スパゲッティ 鶏肉 ブロccoli 人参 南瓜
17	水	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	ポーロ 赤ちゃんせんべい	お粥 鮭 人参 キャベツ 玉葱
18	木	お粥 お汁 肉団子と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット ポーロ	米 合いびきミンチ 人参 大根 南瓜
19	金	パン スープ 魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ビスケット	パン カレイ 人参 玉葱 トマト
20	土	煮込みうどん 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ポーロ 赤ちゃんせんべい	うどん 豚肉 ブロccoli 人参 キャベツ
22	月	お粥 お汁 魚と野菜の煮物煮込み	午前 午後	ビスケット ポーロ	米 鮭 人参 白菜 玉葱
23	火	パン スープ 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ビスケット	パン 鶏肉 人参 ブロccoli じゃが芋
24	水	お粥 お汁 ささみと野菜の煮物	午前 午後	ポーロ 赤ちゃんせんべい	米 ささみ 大根 人参 ブロccoli
25	木	煮込みラーメン 魚と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット ポーロ	中華麺 白身魚 玉葱 さつま芋 人参
26	金	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ビスケット	米 鶏肉 人参 玉葱 南瓜
27	土	スープパスタ ささみと野菜の煮物	午前 午後	ポーロ 赤ちゃんせんべい	スパゲッティ ささみ 人参 玉葱 さつま芋
29	月	お粥 お汁 鶏団子と野菜の煮物	午前 午後	ビスケット ポーロ	米 鶏ミンチ じゃが芋 キャベツ 人参
30	火	お粥 お汁 魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ビスケット	米 鮭 人参 玉葱 南瓜
31	水	煮込みうどん 牛肉と野菜の煮物	午前 午後	ポーロ 赤ちゃんせんべい	うどん 牛肉 ほうれん草 人参 玉葱

※午前のおやつは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：出口 裕紀子