

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ 離乳中期献立予定表 ☆☆☆☆☆☆☆☆☆

ベビーかろーれ 令和5年 7月

日	曜	昼 食	
		献立	材料
1	15	土	7倍がゆ ささみと野菜の煮物 精白米、ささみ、じゃがいも、にんじん、たまねぎ
3	31	月	7倍がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 精白米、高野豆腐、たまねぎ、ほうれんそう、にんじん
4	18	火	7倍がゆ ささみと野菜の煮物 精白米、ささみ、コーン、ブロッコリー、たまねぎ、キャベツ
5	19	水	7倍がゆ しらすと野菜の煮物 精白米、ささみ、しらす、じゃがいも、たまねぎ、にんじん
6	20	木	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 精白米、豆腐、もやし、にんじん、青菜
7	-	金	煮込みそうめん そうめん、白身魚、にんじん、青菜、たまねぎ
-	21	金	7倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 精白米、白身魚、じゃがいも、にんじん、たまねぎ
8	22	土	煮込みうどん うどん、ささみ、にんじん、キャベツ、青菜
10	24	月	7倍がゆ ささみと野菜の煮物 精白米、ささみ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、じゃがいも
11	25	火	7倍がゆ しらすと野菜の煮物 精白米、しらす、たまねぎ、ズッキーニ、じゃがいも、にんじん
12	26	水	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 精白米、豆腐、青菜、もやし、ひじき、にんじん
13	27	木	7倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 精白米、白身魚、にんじん、キャベツ、青菜
14	28	金	パンがゆ ささみと野菜の煮物 食パン、ささみ、たまねぎ、トマト、青菜
-	29	土	7倍がゆ ささみと野菜の煮物 精白米、ささみ、にんじん、キャベツ、じゃがいも

※都合により献立を変更することがございます。ご了承ください。

今月の行事食～ 七夕～

7月7日は七夕です。みんな、どんなお願いごとをするのでしょうか♪

七夕の日には、「そうめん」を食べる習慣があります。七夕のそうめんには

○無病息災 ○天の川に見立てて という由来があるようですよ。願いを込めながらみんなで食べるのも良いですね！

*そうめんを離乳中期に使う場合、表示の2倍の時間ゆでて、よく水洗いしてみじん切りにしてください♪



7月7日
晴れますように