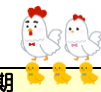




★★浦添市認可外保育施設7月離乳食献立表★★



曜日	初期	中期	後期
1 土			
2 日			
3 月	・10倍粥 ・玉ねぎと人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜の煮物 ・麩のスープ	・軟飯(アチピー) ・レバー入り肉団子の野菜あん ・麩と青菜のみそ汁
4 火	・10倍粥 ・人参とトマトのペースト	・7倍粥・じゃがいもスープ ・白身魚と野菜のトマト煮 ・人参煮	・軟飯・じゃがいもスープ ・お魚と野菜のトマト煮 ・人参煮
5 水	・10倍粥 ・キャベツと人参のペースト	・7倍芋粥 ・ささみと野菜の煮物 ・豆腐のスープ	・軟飯・豆腐のみそ汁 ・野菜炒め煮 ・ココロコサツマイモ
6 木	・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト	・7倍粥 ・コーンスープ ・白身魚の煮物 ・人参とブロッコリーの煮物	・軟飯(アチピー) ・魚のみそ煮 ・コーンスープ ・人参とブロッコリーの煮物
7 金	・10倍粥 ・白菜と人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜のシチュー ・ココロコサツマイモ	・軟飯(アチピー) ・ささみと野菜のシチュー ・ココロコサツマイモ
8 土	・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト	・7倍粥 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・野菜スープ	・軟飯・野菜のみそ汁 ・お魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮
9 日			
10 月	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥 ・ささみとかぼちゃのミルク煮 ・野菜スープ	・軟飯(アチピー)・野菜スープ ・レバーとかぼちゃの煮物 ・ブロッコリーのおひたし
11 火	・10倍粥 ・人参とキャベツのペースト	・芋入り7倍粥 ・豆腐と野菜の煮物 ・キャベツのスープ	・芋入軟飯・キャベツの味噌汁 ・豆腐と鶏ひき肉の煮物 ・青菜のおひたし
12 水	・10倍粥 ・トマトと青菜のペースト	・野菜とささみのそーめん ・キャベツ煮 ・豆腐のスープ	・野菜と麩のそーめん ・キャベツ煮 ・豆腐のみそ汁
13 木	・10倍粥 ・かぼちゃと豆腐のペースト	・7倍粥 ・スープ ・豆腐と白身魚の煮物 ・キャベツと人参の煮物	・軟飯(アチピー)・スープ ・豆腐と魚のみそ煮 ・キャベツと人参の煮物
14 金	・10倍粥 ・キャベツとトマトのペースト	・7倍粥 ・ささみ入りトマトスープ ・かぼちゃの煮つぶし	・軟飯(アチピー) ・ささみ入りトマトスープ ・かぼちゃソテー
15 土	・10倍粥 ・青菜と玉ねぎのペースト	・7倍粥・麩のスープ ・豆腐のそぼろ煮 ・青菜のやわらか煮	・軟飯(アチピー)・青菜の煮ひたし ・豆腐のそぼろ煮 ・麩とわかめのみそ汁

曜日	初期	中期	後期
16 日			
17 月	・10倍粥 ・人参とブロッコリーのペースト	・7倍粥 ・ささみとブロッコリーの煮物 ・野菜スープ	・軟飯(アチピー) ・ささみとブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮 ・野菜のみそ汁
18 火	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥・キャベツスープ ・白身魚と大根の煮物 ・かぼちゃのマッシュ	・軟飯(アチピー)・魚の味噌煮 ・かぼちゃと大根の煮物 ・キャベツスープ
19 水	・10倍粥 ・人参と玉ねぎのペースト	・7倍粥 ・豆腐のトマト煮 ・かぼちゃのスープ	・軟飯・かぼちゃのみそ汁 ・豆腐のトマト煮 ・スティック人参
20 木	・10倍粥 ・人参のペースト	・7倍粥 ・ささみと野菜の煮物 ・キャベツ煮・大根スープ	・軟飯(アチピー) ・ささみと野菜の煮物 ・キャベツ煮・大根スープ
21 金	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥・きゅうりのスープ ・白身魚と青菜の煮物 ・茹でかぼちゃの煮物	・軟飯・きゅうりのスープ ・白身魚と青菜の煮物 ・茹でかぼちゃの煮物
22 土	・10倍粥 ・ブロッコリーと人参のペースト	・ささみと野菜のおじや ・豆腐とブロッコリーの煮物	・ささみと野菜のおじや ・豆腐とブロッコリーの煮物
23 日			
24 月	・10倍粥 ・ブロッコリーのペースト	・7倍粥 ・白身魚とブロッコリーの煮物 ・野菜のスープ	・軟飯(アチピー) ・お魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツ煮・野菜のみそ汁
25 火	・10倍粥 ・キャベツと人参のペースト	・7倍芋粥 ・ささみと野菜の煮物 ・豆腐のスープ	・軟飯(アチピー) ・野菜炒め煮 ・豆腐のみそ汁 ・ココロコサツマイモ
26 水	・10倍粥 ・人参とトマトのペースト	・7倍粥・じゃがいものスープ ・白身魚と野菜のトマト煮 ・人参煮	・軟飯(アチピー) ・お魚と野菜のトマト煮 ・人参煮・じゃがいものスープ
27 木	・10倍粥 ・かぼちゃのペースト	・7倍粥 ・ささみとかぼちゃのミルク煮 ・野菜スープ	・軟飯(アチピー)・野菜スープ ・レバーとかぼちゃの煮物 ・ブロッコリーのおひたし
28 金	・10倍粥 ・人参とキャベツのペースト	・しらす入り7倍粥 ・豆腐と玉ねぎの煮物 ・キャベツのスープ	・軟飯・キャベツのみそ汁 ・豆腐と豚肉の煮物 ・青菜のおひたし
29 土	・10倍粥 ・青菜と玉ねぎのペースト	・7倍粥・麩のスープ ・豆腐のそぼろ煮 ・青菜のやわらか煮	・軟飯(アチピー)・青菜の煮ひたし ・豆腐のそぼろ煮 ・麩とわかめのみそ汁
30 日			
31 月	・10倍粥 ・青菜のペースト	・7倍粥・きゅうりのスープ ・白身魚と青菜の煮物 ・茹で南瓜の煮物	・軟飯・きゅうりスープ ・白身魚と青菜の煮物 ・茹で南瓜の煮物