



🍴 今月のこんだて 🍴



日	曜	副 食	おやつ	未満時 追加分	離 乳 食
6 29	月	ごはん 夏野菜・大豆カレー きゃべきゃベサラダ	牛乳 野菜蒸しケーキ	牛乳 せんべい	お粥 野菜スープ ささ身の根菜類煮 ほうれん草和え
7 21	火	ごはん ひじき入りハンバーグ マカロニサラダ 星の子スープ	お茶 7日 セタそうめん 21日 牛乳 ゼリー	牛乳 ビスコ	お粥 野菜スープ ささみの野菜あんかけ かぼちゃ煮
8 22	水	ごはん 鶏肉のみそ焼き きゃべつと赤ピーマンの昆布和え そうめんのすまし汁	牛乳 じゃこ入りいも天	ヨーグルト	お粥 野菜スープ ささ身のきゃべつ煮 りんご煮 芋煮
9 23	木	ごはん 魚のチーズ焼き ごま和え とうふスープ	お茶 豆乳っこ	牛乳 ビスコ	お粥 野菜スープ 白身魚の野菜煮 豆腐のあんかけ
10 30	金	ごはん チキンカツ じゃこ炒め 玉ねぎと厚揚げのみそ汁	牛乳 メロン	牛乳 バナナ	お粥 野菜スープ ささみの根菜類煮 ほうれん草和え
11 25	土	ごはん 木の葉丼 小松菜のスープ	牛乳 ミニパン	牛乳 せんべい	野菜おじや 煮りんご 野菜スープ
13 27	月	ごはん 夏野菜のブルコギ きゅうりの香味漬け お麴のすまし汁	牛乳 プリン	牛乳 コーンフレーク	お粥 野菜スープ ささ身の根菜類煮 煮りんご
14 28	火	ごはん 魚の塩焼き リャンバンサンスー 里芋のみそ汁	牛乳 どうなつ	牛乳 バナナ	お粥 野菜スープ 白身魚の野菜煮 ほうれん草和え
1 15	水	ごはん 鶏肉の甘辛煮 ポテチーズサラダ コーンスープ	牛乳 フレンチトースト	牛乳 卵ボーロ	お粥 野菜スープ ささみの野菜あんかけ じゃが芋と人参煮
2 16	木	ごはん マーボー豆腐 千切り大根のサラダ わかめスープ	お茶 スイカ せんべい	ヨーグルト	お粥 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ りんご煮
3 17	金	ごはん 魚の南蛮 かぼちゃの煮物 なすのみそ汁	牛乳 麴のラスク	牛乳 クッキー	お粥 野菜スープ 白身魚の野菜あんかけ かぼちゃ煮
4 18	土	スパゲティナポリタン かきたまスープ	牛乳 ミニパン	牛乳 せんべい	野菜おじや 煮りんご 人参煮 野菜スープ