

ごっくん 2018. 8月号

8月号		7. 8ヶ月ごろ				9~11ヶ月ごろ			
日	曜	午前の主食	午前の副食	午後の主食	午後の副食	午前の主食	午前の副食	午後の主食	午後の副食
1	水	おかゆ	刻みキャベツと玉ねぎのコンソメ煮、 人参の甘煮	おかゆ	刻みもやしとワカメのやわらか煮、 おふのフルーツ煮	おかゆ	キャベツと玉ねぎのコンソメ煮、 人参スティック	おかゆ	もやしとワカメのやわらか煮、 おふのフルーツ煮
2	木	おかゆ	かぼちゃのやわらかシチュー、 バナナ	小松菜とキャベツのトロトロうどん、 トマト		おかゆ	かぼちゃのシチュー、 バナナ	小松菜とキャベツの煮込みうどん、 トマト	
3	金	おかゆ	人参とキャベツのくずし煮、 トマト	おかゆ	きゅうりと玉ねぎの刻み煮、 おふのフルーツ煮	おかゆ	人参とキャベツのやわらか煮、 トマト	おかゆ	きゅうりと玉ねぎのココロ煮、 おふのフルーツ煮
6	月	おかゆ	大根と人参のくずし煮、 トマト	おかゆ	刻みキャベツと玉ねぎのやわらか煮、 きゅうりの甘煮	おかゆ	大根と人参のココロ煮、 トマト	おかゆ	玉ねぎとキャベツのツナあえ、 きゅうりスティック
7	火	おかゆ	かぼちゃのやわらかシチュー、 みかん缶	なすとキャベツのトロトロうどん、 じゃが芋のマッシュ		おかゆ	かぼちゃのシチュー、 みかん缶	なすとキャベツの煮込みうどん、 じゃが芋のスティック	
8	水	おかゆ	白身魚と野菜のくずしあん、 トマト	おかゆ	小松菜とキャベツの刻み煮、 きゅうりの甘煮	おかゆ	白身魚と野菜のあんかけ煮、 トマト	おかゆ	小松菜とキャベツのやわらか煮、 きゅうりスティック
9	木	おかゆ	人参ときゅうりのコンソメ煮、 トマト	刻み野菜入りトロトロうどん、 おふのフルーツ煮		おかゆ	人参ときゅうりのコンソメ煮、 トマト	野菜入り煮込みうどん、 おふのフルーツ煮	
10	金	おかゆ	刻みキャベツと玉ねぎのコンソメ煮、 きゅうりの甘煮	おかゆ	人参入りくずし豆腐、 おふのフルーツ煮	おかゆ	キャベツと玉ねぎのコンソメ煮、 きゅうりスティック	おかゆ	人参入り湯豆腐、 おふのフルーツ煮
13	月	手作り弁当の日							
14	火	手作り弁当の日							
15	水	手作り弁当の日							
16	木	手作り弁当の日							
17	金	おかゆ	刻み野菜のやわらか煮、 バナナ	おかゆ	青菜とおふのくずし煮、 人参の甘煮	おかゆ	野菜のやわらか煮、 バナナ	おかゆ	青菜とおふの煮物、 人参スティック
20	月	おかゆ	白身魚ときゅうりのくずし煮、 バナナ	おかゆ	とうがんと玉ねぎのくずし煮、 みかん缶	おかゆ	白身魚ときゅうりのあんかけ煮、 バナナ	おかゆ	とうがんと玉ねぎのやわらか煮、 みかん缶
21	火	おかゆ	人参ときゅうりのくずし豆腐、 トマト	刻み野菜入りトロトロうどん、 きゅうりの甘煮		おかゆ	豆腐団子と人参のスープ、 トマト	野菜入り煮込みうどん、 きゅうりスティック	
22	水	おかゆ	白身魚と野菜のくずしあん、 おふのフルーツ煮	おかゆ	野菜入りくずし豆腐、 きゅうりの甘煮	おかゆ	白身魚と野菜のあんかけ煮、 おふのフルーツ煮	おかゆ	野菜入り豆腐煮、 きゅうりスティック
23	木	おかゆ	くずしシチュー、 トマト	刻み人参と玉ねぎ入りトロトロうどん、 梨		おかゆ	やわらかシチュー、 トマト	人参と玉ねぎの煮込みうどん、 梨	
24	金	おかゆ	刻みキャベツと豆腐のくずし煮、 人参の甘煮	おかゆ	刻み玉ねぎときゅうりのくずし煮、 おふのフルーツ煮	おかゆ	キャベツと豆腐のやわらか煮、 人参スティック	おかゆ	玉ねぎときゅうりのコンソメ煮、 おふのフルーツ煮
27	月	おかゆ	刻み野菜と豆腐のくずし煮、 おふのフルーツ煮	おかゆ	きゅうりとキャベツのトマト煮、 バナナ	おかゆ	野菜と豆腐のコンソメ煮、 おふのフルーツ煮	おかゆ	きゅうりとキャベツのトマト煮、 バナナ
28	火	おかゆ	じゃが芋のポタージュ、 煮りんご	刻みキャベツときゅうりのトロトロうどん、 トマト		おかゆ	じゃが芋のポタージュ、 煮りんご	キャベツときゅうりの煮込みうどん、 トマト	
29	水	おかゆ	白身魚と野菜のくずしあん、 おふのフルーツ煮	おかゆ	刻み人参ときゅうりのやわらか煮、 梨	おかゆ	白身魚と野菜のあんかけ煮、 おふのフルーツ煮	おかゆ	人参ときゅうりのココロ煮、 梨
30	木	おかゆ	くずしとうがん煮、 おふのフルーツ煮	人参とねぎ入りトロトロうどん、 トマト		おかゆ	とうがん煮、 おふのフルーツ煮	人参とねぎ入り煮込みうどん、 トマト	
31	金	おかゆ	くずし玉ねぎと人参のコンソメ煮、 おふのフルーツ煮	おかゆ	刻みもやしとワカメの納豆あえ、 人参の甘煮	おかゆ	玉ねぎと人参のコンソメ煮、 おふのフルーツ煮	おかゆ	もやしとワカメの納豆あえ、 人参スティック