

8月 離乳食 献立表

0歳児 さくら組

		初期 (5~6カ月)	中期 (7~8カ月)	後期 (9~11カ月)	完了期 (12~18カ月)				
日	曜	献立メニュー	主な食材		おやつ	献立メニュー	主な食材	おやつ	
1	金	10倍粥 じゃがいものそぼろ煮 玉葱スープ	粥 じゃがいものそぼろ煮 玉葱スープ	じゃがいも 鶏ミンチ/玉葱 人参 マカロニサラダ パナナ	じゃがいも 鶏ミンチ/玉葱 人参 マカロニ 胡瓜 /玉葱 みそ/パナナ	レモンクッキー	カレーシチュー マカロニサラダ パナナ	豚肉 じゃがいも 人参 玉葱 カレールウ スkimミルク /マカロニ 人参 胡瓜 卵 マヨネーズ/パナナ	牛乳 レモンクッキー
2	土		パン粥 果物		パン 果物		サンドイッチ 牛乳 果物		
4	月	10倍粥 キャベツ煮込み	粥 キャベツ煮込み 豆腐のすまし汁	キャベツ 人参/豆腐 人参	玉ねぎのそぼろ煮 ツナサラダ すまし汁 パナナ	いちご ミルク寒天	ポークチャップ ツナサラダ すまし汁 パナナ	豚肉 玉葱 人参 ビーマン ケチャップ ソース/キャベツ ツナ 胡瓜/豆腐 えのき 人参 葱/パナナ	牛乳 いちご ミルク寒天
5	火	10倍粥 白身魚あんかけ	粥 白身魚あんかけ すまし汁	白身魚 玉葱/玉葱 人参	白身魚のあんかけ 大根サラダ トマトのスープ オレンジ	チヂミ	白身魚のあんかけ 大根サラダ トマトと卵のスープ オレンジ	白身 玉葱 人参 ビーマン/大根 人参 ちくわ 胡瓜/トマト 玉葱 卵 葱 コンソメ/オレンジ	牛乳 チーズチヂミ
6	水	10倍粥 白身魚あんかけ	粥 豆腐のあんかけ すまし汁	豆腐 人参/ほうれん草 人参	茄子入り麻婆豆腐 のり和え 中華スープ オレンジ	豆腐マフィン	茄子入り麻婆豆腐 のり和え 中華スープ オレンジ	なす 鶏ミンチ 玉葱 人参 豆腐 みそ/ほうれん草 もやし 人参 のり/青梗菜 人参 玉葱 ベーコン 鶏ガラ/オレンジ	牛乳 豆腐マフィン
7	木	10倍粥 豆腐のそぼろ煮	粥 玉葱のそぼろ煮 豆腐のすまし汁	玉葱 鶏ミンチ/豆腐 人参	鶏肉と野菜の煮込み きゅうりの和え物 みそ汁 オレンジ	ヨーグルト パナナ	鶏肉と野菜の中華炒め ごまネーズ和え みそ汁 オレンジ	鶏肉 片栗粉 玉葱 人参 ししいだけ ビーマン オイスターソース /かにがま 胡瓜 人参 もやし マヨネーズ ごま/豆腐 人参 葱 みそ/オレンジ	ヨーグルト パナナ
8	金	10倍粥 玉葱と人参煮込み	粥 白菜のそぼろ煮 すまし汁	白菜 鶏ミンチ/玉葱 人参	白菜のそぼろ煮 肉団子 玉葱スープ パナナ	乳児ビスケット	ハ宝菜 華しゅうまい 春雨スープ パナナ	豚肉 白菜 人参 玉葱 えび ブロッコリー 椎茸 だけのこ /豚ミンチ 玉葱 生姜 片栗粉 焼売の皮/春雨 葱 玉葱 人参 鶏ガラ/パナナ	牛乳 お菓子
9	土		パン粥 果物		パン 果物		サンドイッチ 牛乳 果物		
12	火	10倍粥 南瓜煮	粥 白身魚煮 南瓜のすまし汁	白身魚/南瓜 人参	白身魚煮 冬瓜のそぼろ煮 夏野菜のみそ汁 パナナ	食パン	白身魚の塩こうじ焼き 夏野菜のみそ汁 冬瓜のそぼろ煮 パナナ	白身 塩こうじ/冬瓜 鶏ミンチ 片栗粉/揚げ 茄子 玉葱 人参 南瓜 オクラ みそ/パナナ	牛乳 ツナサンド
13	水	10倍粥 じゃがいものそぼろ煮	粥 じゃがいものそぼろ煮 玉葱のすまし汁	じゃがいも 鶏ミンチ/人参 玉葱	じゃがいものそぼろ煮 春雨サラダ みそ汁 オレンジ	乳児ウエハース	肉じゃが 春雨サラダ みそ汁 オレンジ	豚肉 じゃがいも 人参 玉葱 いんげん/春雨 人参 胡瓜 卵/切干 人参 ほうれん草 みそ/オレンジ	牛乳 お菓子
18	月	10倍粥 玉葱と麩の煮込み	粥 玉葱と麩の煮込み うどん煮込み	玉葱 人参 麩/うどん 人参	きつねうどん 厚揚げの煮物 胡瓜和え オレンジ	マカロニきなこ	冷やしきつねうどん 厚揚げの卵とじ 胡瓜スティック オレンジ	うどん 揚げ 人参 葱/厚揚げ 人参 卵 小松菜/胡瓜 ごま ごま油 /オレンジ	牛乳 お好みマカロニ
19	火	10倍粥 大根と人参煮込み	粥 白身魚あんかけ 大根のすまし汁	白身魚 玉葱/大根 人参	白身魚あんかけ キャベツサラダ みそ汁 パナナ	きらきら ゼリー	白身のムニエル タルタルかけ キャベツサラダ 豚汁 パナナ	白身 小麦粉 バター 卵 マヨネーズ パセリ/キャベツ ブロッコリー コーン/豚肉 大根 人参 揚げ 葱 みそ/パナナ	牛乳 きらきら ゼリー
20	水	10倍粥 豆腐とほうれん草煮込み	粥 玉葱と人参の煮込み 豆腐とほうれん草すまし汁	玉葱 人参/豆腐 ほうれん草	玉ねぎのそぼろ煮 ひじき煮込み すまし汁 オレンジ	コロコロラスク	豚肉のみそだれ焼き ひじきのサラダ すまし汁 オレンジ	豚肉 玉葱 しめじ ごま みそ/ひじき 人参 胡瓜 玉葱 卵 /豆腐 人参 ほうれん草/オレンジ	牛乳 コロコロラスク
21	木	10倍粥 玉葱のそぼろ煮	粥 キャベツスープ 玉葱のそぼろ煮	キャベツ 人参/玉葱 鶏ミンチ	鶏肉と野菜の煮込み きゅうりの和え物 みそ汁 オレンジ	乳児せんべい	鶏肉 片栗粉 玉葱 人参 ビーマン/胡瓜 人参 /キャベツ 玉葱 みそ/オレンジ	鶏肉 片栗粉 玉葱 人参 ビーマン/胡瓜 オクラ 人参 ごま /キャベツ 玉葱 揚げ みそ/オレンジ	牛乳 お菓子
22	金	10倍粥 玉葱・人参スープ	粥 キャベツそぼろ煮 玉葱スープ	キャベツ 鶏ミンチ/玉葱 人参	ツナとトマトのス/バグティ チーズサラダ もやしのスープ オレンジ	豆乳プリン	ツナとトマトのス/バグティ チーズサラダ もやしのスープ オレンジ	ツナ 人参 玉葱 トマト ス/バグティ ケチャップ/キャベツ 人参 チーズ 胡瓜/もやし 人参 青梗菜 中華だし/オレンジ	牛乳 豆乳プリン
23	土		パン粥 果物		パン 果物		サンドイッチ 牛乳 果物		
25	月	10倍粥 豆腐と玉葱煮込み	粥 ブロッコリー煮浸し 豆腐のすまし汁	ブロッコリー/豆腐 玉葱	鶏肉の照り煮 ブロッコリー煮浸し みそ汁	ヨーグルト スコーン	鶏肉の梅風味焼き ブロッコリーソース みそ汁 オレンジ	鶏もも肉 梅肉 しそ 玉葱/ブロッコリー 卵 玉葱 ベーコン/豆腐 なす 葱 揚げ みそ/オレンジ	牛乳 ヨーグルト スコーン
26	火	10倍粥 じゃがいも玉葱煮込み	粥 白身魚煮 じゃがいものスープ	白身魚/じゃがいも 玉葱	白身魚煮 切干の煮物 じゃがいものスープ オレンジ	じゃこピザ	白身のスタミナ揚げ コンソメスープ ごま酢和え オレンジ	白身 にんにく ごま 片栗粉/玉葱 人参 じゃがいも /切干大根 人参 ツナ 胡瓜 ごま/オレンジ	牛乳 じゃこピザ
27	水	10倍粥 豆腐と人参煮込み	粥 豆腐のあんかけ 玉葱のすまし汁	豆腐 人参/玉葱 人参	松風焼き 納豆和え すまし汁 パナナ	鮭チャーハン	松風焼き マヨ納豆和え すまし汁 パナナ	鶏ミンチ 豆腐 玉葱 人参 卵/パン粉 ごま/キャベツ 小松菜 人参 マヨドレッシング 糸けすり/たまねぎ 豆腐 人参 葱/パナナ	鮭チャーハン
28	木	10倍粥 キャベツと人参煮込み	粥 キャベツ煮込み 豆腐のすまし汁	キャベツ 人参/豆腐 人参	白身魚煮 じゃが玉煮 みそ汁 オレンジ	ムース	白身魚照り焼き じゃが玉煮 みそ汁 オレンジ	白身魚 ごま/じゃがいも 玉葱 揚げ/鮭 わかめ 豆腐 葱 みそ/オレンジ	牛乳 ムース
29	金	10倍粥 じゃがいものそぼろ煮	粥 じゃがいものそぼろ煮 キャベツスープ	じゃがいも 鶏ミンチ/キャベツ 玉葱	鶏団子 ポテトサラダ キャベツのスープ パナナ	パンケーキ	ロールパン チーズハンバーグ ポテトサラダ ブロッコリー キャベツのスープ パナナ	ロールパン/豚ミンチ 玉葱 パン粉 チーズ ケチャップ/じゃがいも 人参 胡瓜/ブロッコリー/キャベツ 玉葱 ベーコン/パナナ	牛乳 ケーキ
30	土		パン粥 果物		パン 果物		サンドイッチ 牛乳 果物		

主食(粥・米飯)は個人の摂取状況によるものを提供します。

献立は、個人の離乳食摂取状況により、変更します。未摂取の食材があればお知らせ下さい。(初期～中期 昆布だし使用。後期～ 煮干しだし・昆布・かつおだし使用。)