

# 8月離乳食献立表

0歳児くら組

日	曜	後期(9~11カ月)			完了期(12~18カ月)		
		献立	主な食材	おやつ	献立	主な食材	おやつ
2	月	マカロニナポリタン パンパンジー 中華スープ オレンジ	マカロニ 玉葱 人参 ビーマン /胡瓜 人参 ささみ /玉葱 人参 チンゲン菜 /オレンジ	食パン りんご	マカロニナポリタン パンパンジー 中華スープ オレンジ	マカロニ 玉葱 人参 豚ミンチ ビーマン/胡瓜 人参 ささみ ごまだれ /玉葱 人参 チンゲン菜 コーン /オレンジ	ホットドッグ りんご
3	火	夏野菜のそぼろ煮 ゆでたまご りんごサラダ オレンジ	鶏ミンチ なす 南瓜 人参 トマト メークイン 玉葱 /卵/りんご キャベツ 胡瓜 玉葱/オレンジ	バナナケーキ りんご	夏野菜カレー ゆでたまご りんごサラダ オレンジ	豚肉 なす 南瓜 人参 トマト メークイン 玉葱 こんにゃく カレー/ウ/卵/りんご キャベツ 胡瓜 玉葱/オレンジ	ココア バナナケーキ りんご
4	水	ケチャップ煮 みそ汁 もやし/和え物 キウイ	豚肉 玉葱 人参 ケチャップ /もやし 人参 胡瓜 /冬瓜 人参 豆腐 葱 みそ /キウイ	食パン りんご	ポークチャップ みそ汁 もやしのごま酢和え キウイ	豚肉 玉葱 人参 しめじ こんにゃく ケチャップ ソース/ もやし 人参 胡瓜 揚げごま/冬瓜 人参 豆腐 葱 みそ /キウイ	フレンチ トースト りんご
5	木	白身のおんかけ 三色和え みそ汁 パナナ	白身 片栗粉 玉葱 人参 ビーマン/ほうれん草 キャベツ 人参/豆腐 玉葱 わかめ みそ /バナナ	ビスケット りんご	白身の南蛮漬 三色和え みそ汁 パナナ	白身 片栗粉 玉葱 人参 ビーマン/ほうれん草 キャベツ 卵 人参/豆腐 玉葱 わかめ みそ/バナナ	オレンジゼリー チーズ りんご
6	金	ぎせい豆腐 切り干し煮 かぼちゃのポタージュ オレンジ	鶏ミンチ 干し椎茸 豆腐 葱 玉葱 人参 卵/切干 人参 ツナ /南瓜 玉葱 牛乳/バター 小麦粉 /パセリ/オレンジ	きなご粥 りんご	ぎせい豆腐 切り干しサラダ かぼちゃのポタージュ オレンジ	鶏ミンチ 干し椎茸 豆腐 葱 玉葱 人参 卵/切干 人参 胡瓜 ツナ こまドレッシング/南瓜 玉葱 牛乳/バター 小麦粉 コンソメ/パセリ/オレンジ	お菓子 りんご
7	土	パン 果物			サンドイッチ 果物		
10	火	そうめん オレンジ 南瓜煮 もやしの豆乳スープ	そうめん 玉葱 人参 /南瓜/もやし 人参 豆乳 /オレンジ	人参粥 りんご	ジャージャーめん オレンジ 南瓜の天ぷら もやしの豆乳スープ	中華めん 豚ミンチ 玉葱 人参 ビーマン 生姜 ごま油 みそ/南瓜 小麦粉 片栗粉/もやし 人参 たら 豆乳 鶏ガラ/オレンジ	麦入り五平餅 りんご
11	水	玉葱のそぼろ煮 春雨サラダ 豆腐のスープ パナナ	鶏ミンチ 玉葱 人参 茄子 /春雨 人参 胡瓜 /豆腐 わかめ 人参 玉葱 /バナナ	ミルクもち りんご	豚肉のごまだれ焼き 春雨サラダ 豆腐のスープ パナナ	豚肉 玉葱 えのき 人参 茄子/春雨 人参 胡瓜 卵 /豆腐 わかめ 人参 玉葱 鶏ガラ/バナナ	ミルクもち りんご
12	木	白身煮 のり和え オレンジ トマトのすまし汁	白身 ほうれん草 キャベツ 人参 のり佃煮 /トマト 玉葱 豆腐 葱 /オレンジ	卵ボーロ りんご	白身のチーズ/パン粉焼き のり和え オレンジ トマトと卵のスープ	白身 パン粉 粉チーズ/パセリ マヨネーズ/ほうれん草 キャベツ 人参 のり佃煮/トマト 玉葱 卵 豆腐 片栗粉 葱 コンソメ/オレンジ	お菓子 りんご
13~17日 休み							
18	水	キャベツの和え物 茄子のケチャップ炒め みそ汁 オレンジ	キャベツ 胡瓜 トマト /なす 玉葱 人参 鶏ミンチ ケチャップ/もやし 豆腐 葱 みそ/オレンジ	しらす粥 りんご	冷しゃぶ 茄子のケチャップ炒め みそ汁 オレンジ	豚ロース肉 キャベツ 胡瓜 トマト ごまだれ みそ /なす 玉葱 人参 ベーコン ケチャップ/もやし 豆腐 葱 みそ/オレンジ	梅しらす おにぎり りんご
19	木	煮込みうどん 厚揚げの煮物 胡瓜和え オレンジ	うどん/厚揚げ 玉葱 人参 小松菜/胡瓜/オレンジ	乳児用ビスケット りんご	たぬきうどん 厚揚げの卵とじ 胡瓜スティック オレンジ	うどん 天かす かまぼこ 葱/厚揚げ 玉葱 人参 卵 小松菜/胡瓜/オレンジ	お菓子 りんご
20	金	茄子入り麻婆豆腐 青菜の和え物 玉葱スープ パナナ	なす 玉葱 人参 豆腐 みそ /ほうれん草 もやし 人参 /白菜 人参 玉葱 /バナナ	食パン りんご	茄子入り麻婆豆腐 ナムル 中華スープ パナナ	なす 豚ミンチ 玉葱 人参 豆腐 こんにゃく 生姜 みそ /ほうれん草 もやし 人参 ごま油 すりごま/白菜 人参 玉葱 ベーコン鶏ガラ/バナナ	ジャムサンド りんご
21	土	パン 果物			サンドイッチ 果物		
23	月	肉じゃが ス/バグティサラダ すまし汁 オレンジ	鶏ミンチ メークイン 人参 玉葱 いんげん /ス/バグティ 人参 胡瓜 卵/えのき ほうれん草 /オレンジ	食パン りんご	カレー肉じゃが ス/バグティサラダ すまし汁 オレンジ	豚肉 メークイン 人参 玉葱 いんげん カレー粉/ス/バグティ 人参 胡瓜 卵 マヨネーズ/えのき かまぼこ ほうれん草 /オレンジ	チーズ スティック りんご
24	火	和風ミートローフ 彩サラダ みそ汁 キウイ	豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 ひじき 豆腐 卵/キャベツ 胡瓜 人参/さつま芋 玉葱 葱 みそ/キウイ	ミルク寒天 りんご	和風ミートローフ 彩サラダ みそ汁 キウイ	豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 ひじき 豆腐 卵 パン粉/キャベツ 胡瓜 コーン ハム 人参/さつま芋 玉葱 葱 みそ/キウイ	カルピス寒天 りんご
25	水	白身煮 ミネストローネ 大豆とひじきの煮物 バナナ	白身 /マカロニ 玉葱 人参 豚肉 トマト キャベツ トマトピューレ /大豆水煮 ひじき 人参 いんげん /バナナ	野菜粥 りんご	白身の香味ソースかけ ミネストローネ 大豆とひじきの煮物 パナナ	白身 小麦粉 葱 生姜 ごま/マカロニ 玉葱 人参 豚肉 トマト キャベツ トマトピューレ コンソメ/大豆水煮 ひじき 人参 ちくわいんげん/バナナ	焼き豚 チャーハン りんご
26	木	鶏肉の照り煮 胡瓜もみ みそ汁 オレンジ	鶏肉/ 胡瓜 しらす /キャベツ 人参 みそ /オレンジ	卵ボーロ りんご	チキンカツ 胡瓜もみ みそ汁 オレンジ	鶏肉 小麦粉 卵 粉 とんかつソースごま/胡瓜 しらす わかめ/キャベツ 揚げ 人参 みそ/オレンジ	お菓子 りんご
27	金	じゃがいもの煮物 ブロッコリーの煮浸し 白身魚煮 オレンジ	玉葱 メークイン /ブロッコリー 玉葱/白身魚 /オレンジ	乳児用ビスケット りんご	ハヤシライス ミートボール オレンジ ブロッコリーのタルタル和え	豚肉 玉葱 メークイン ナス 人参 ハヤシルウ /ミートボールブロッコリー 卵 玉葱 マヨネーズ /オレンジ	ゲーキ りんご
28	土	パン 果物			サンドイッチ 果物		
30	月	鶏肉と玉葱の煮物 ツナサラダ みそ汁 オレンジ	鶏肉 ケチャップ 玉葱 /ツナ キャベツ 胡瓜 /豆腐 大根 葱 みそ/オレンジ	あべかわ マカロニ りんご	バーベキューチキン ツナサラダ みそ汁 オレンジ	鶏肉 こんにゃく ケチャップ ソース 玉葱/ツナ キャベツ 胡瓜/豆腐 あげ大根 葱 みそ/オレンジ	あべかわ マカロニ りんご
31	火	白身煮 納豆和え みそ汁 オレンジ	白身魚 /ひきわり納豆 小松菜 キャベツ 人参/南瓜 玉葱 葱 みそ /オレンジ	ヨーグルト バナナ	白身の塩こうじ焼き 納豆和え みそ汁 オレンジ	白身魚 塩こうじ /ひきわり納豆 小松菜 キャベツ 人参/南瓜 玉葱 葱 みそ/オレンジ	ヨーグルト バナナ

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。  
午前のおやつはりんごです。