

# 8月 離乳食献立表



菊野台かしのみ保育園

	7・8か月頃		9～11か月頃				完了期 (12か月～)		
	午前食	食材	午前食	食材	午後食	食材	午前食	食材	おやつ
1(木) ・ 15(木)	パンがゆ 豚挽肉ペースト ブロッコリートマト煮 スープ(汁のみ)	食パン 豚挽肉・玉ねぎ ブロッコリー・トマト	パン ハンバーグ 茹ブロッコリー 春雨スープ	食パン 豚挽肉・玉ねぎ ブロッコリー・トマト 春雨・人参	ツナ丼  味噌汁	米・ツナ・ピーマン 玉ねぎ・人参 キャベツ・わかめ	パン ツナサラダ オムレツ 春雨スープ		のりチーズごはん 味噌汁 キャベツ・わかめ
2(金) ・ 16(金)	7倍がゆ ささみペースト キャベツとじ煮 スープ(汁のみ)	米 ささみ・なす・玉ねぎ キャベツ・人参	おかゆ～軟飯 ささみとなすの甘辛煮 キャベツのコーン煮 味噌汁	米 ささみ・なす・玉ねぎ キャベツ・人参・コーン かいわれ大根	ミートポテト  オニオンスープ	豚挽肉・じゃが芋・人参 玉ねぎ	夏野菜ミルクカレー トマトサラダ		ごまビスケット オニオンスープ 玉ねぎ
3(土) ・ 17(土)	7倍がゆ 鶏挽肉ペースト 人参つぶし煮 スープ(汁のみ)	米 豚挽肉・キャベツ 人参	そぼろがゆ スティック野菜 もやしスープ	米・鶏挽肉・キャベツ 人参・アスパラ もやし・わかめ	ホットケーキ  野菜スープ	ケーキMix粉・豆乳 キャベツ・人参・長ねぎ	炒飯 コーンサラダ もやしスープ		バウムクーヘン 野菜スープ キャベツ・人参・長ねぎ
5(月) ・ 19(月)	7倍がゆ 白身魚ペースト 胡瓜すり煮 人参とじ煮 スープ(汁のみ)	米 白身魚 胡瓜・キャベツ 人参	おかゆ～軟飯 煮魚 人参甘煮 コロコロ胡瓜 味噌汁	米 白身魚 人参 胡瓜・キャベツ 玉ねぎ・にら	スイートポテト  きのこスープ	さつまい しめじ・玉ねぎ しらす干し	軟飯 焼き魚 ごぼうチャブチェ キャベツごま和え 味噌汁		スイートポテト さつまい きのこスープ しめじ・玉ねぎ しらす干し
6(火) ・ 20(火)	サラスパ 鶏挽肉ペースト ほうれん草すり煮 大根つぶし煮 スープ(汁のみ)	サラスパ 鶏挽肉・玉ねぎ ほうれん草 大根・人参	ほうれん草スパゲティ 大根柔らか煮 冬瓜スープ	サラスパ・ほうれん草 鶏挽肉・玉ねぎ 大根・人参 冬瓜・チンゲン菜	青菜がゆ  豚汁	米・菜飯のもと 豚挽肉・大根・人参 ほうれん草	和風スパゲティ スティックサラダ カレースープ		菜飯 豚汁 豚挽肉・大根・人参 ほうれん草
7(水) ・ 21(水)	7倍がゆ 豆腐ペースト 胡瓜すり煮 スープ(汁のみ)	米 豆腐 胡瓜・トマト	おかゆ～軟飯 豆腐のきのこあんかけ 胡瓜のトマト和え 味噌汁	米 豆腐・椎茸・長ねぎ 胡瓜・トマト おくら・なす	じゃが芋そぼろ炒め  根菜スープ	じゃが芋・豚挽肉 ごぼう・れんこん・人参	麦ごはん マーボー豆腐 華風野菜 味噌汁		じゃが芋そぼろ炒め じゃが芋・豚挽肉 根菜スープ ごぼう・れんこん・人参
8(木) ・ 22(木)	パンがゆ 鶏挽肉ペースト 人参つぶし煮 ズッキーニとじ煮 スープ(汁のみ)	食パン 鶏挽肉・玉ねぎ 人参・胡瓜 ズッキーニ	パン チキンバーグ スティック野菜 トマトスープ	食パン 鶏挽肉・玉ねぎ 人参・胡瓜 トマト・キャベツ・ズッキーニ	そうめんチャンプルー  かぶスープ	そうめん・椎茸・人参 しらす干し・チンゲン菜 かぶ・玉ねぎ	レーズンパン 照り焼きチキン ポテトサラダ ミネストローネスープ		そうめんチャンプルー かぶスープ かぶ・玉ねぎ
9(金) ・ 29(木)	7倍がゆ 豆腐ペースト もやしすり煮 トマトつぶし煮 スープ(汁のみ)	米 豆腐 もやし・ほうれん草・人参 トマト	おかゆ～軟飯 豆腐ステーキ もやしおかか和え トマト 味噌汁	米 豆腐 もやし・ほうれん草・人参 トマト わかめ・かいわれ大根	そうめん  なすのそぼろ煮	そうめん・ほうれん草 長ねぎ なす・ピーマン・鶏挽肉 人参	鶏ごぼうチャーハン もやしナムル トマトマリネ 味噌汁		にらせんべい ほうれん草スープ ほうれん草・長ねぎ

	7・8か月頃		9～11か月頃				完了期 (12か月～)		
	午前食	食材	午前食	食材	午後食	食材	午前食	食材	おやつ
10(土) ・ 24(土)	ツナがゆ マッシュポテト 人参つぶし煮 スープ(汁のみ)	米・ツナ・玉ねぎ ピーマン じゃが芋 人参	ツナ丼がゆ 肉じゃが 味噌汁	米・ツナ・玉ねぎ・ピーマン 豚挽肉・じゃが芋・人参 いんげん なす・長ねぎ	ホットケーキ ポテトスープ	ケーキMix粉・豆乳 じゃが芋・玉ねぎ	ツナごはん 肉じゃが 味噌汁		メロンパン ポテトスープ じゃが芋・玉ねぎ
26(月)	7倍がゆ 白身魚ペースト 胡瓜すり煮 大根とじ煮 スープ(汁のみ)	米 白身魚 胡瓜 大根・人参	おかゆ～軟飯 煮魚 スティック胡瓜 大根旨煮 味噌汁	米 白身魚 胡瓜 大根・人参 キャベツ・玉ねぎ	フレークがゆ 炒り豆腐	コーンフレーク・豆乳 豆腐・ほうれん草・人参	軟飯 煮魚 人参しりしり 白和え 味噌汁		フルーツフレーク コーンフレーク・豆乳 メロン
13(火) ・ 27(火)	うどん柔らかか煮 鶏挽肉ペースト マッシュ南瓜 スープ(汁のみ)	うどん 鶏挽肉 南瓜・玉ねぎ	わかめうどん 南瓜の甘煮	うどん・わかめ・長ねぎ 人参・鶏挽肉 南瓜・玉ねぎ	そばろがゆ かぶスープ	米・豚挽肉・玉ねぎ 人参 かぶ・かいわれ大根	冷やしうどん 南瓜の甘煮		ドライカレー かぶスープ かぶ・かいわれ大根
14(水) ・ 28(水)	7倍がゆ 豆腐ペースト ピーマンとじ煮 トマトつぶし煮 スープ(汁のみ)	米 豆腐 ピーマン赤ピーマン トマト	おかゆ～軟飯 チンジャオロース トマト 豆腐スープ	米 ピーマン・赤ピーマン たけのこ・豚挽肉 トマト 豆腐・もずく	南瓜蒸しパン 豆乳スープ	ケーキMix粉・豆乳 南瓜・砂糖 玉ねぎ・おくら・豆乳	軟飯 チンジャオロース トマトチーズサラダ 豆腐スープ		南瓜蒸しパン 豆乳スープ 玉ねぎ・おくら・豆乳
30(金)	7倍がゆ ミートポテト 人参つぶし煮 スープ(汁のみ)	米 じゃが芋・豚挽肉 人参・玉ねぎ	おかゆ～軟飯 肉じゃが オニオンスープ	米 じゃが芋・玉ねぎ・人参 豚挽肉 玉ねぎ・かいわれ大根	ホットケーキ 肉団子スープ	ケーキMix粉・豆乳 鶏挽肉・玉ねぎ 人参・じゃが芋	わかめごはん 肉じゃが オニオンスープ		ジャムサンド 肉団子スープ 鶏挽肉・玉ねぎ 人参・じゃが芋
31(土)	鶏そばろがゆ 大根とじ煮 スープ(汁のみ)	米・鶏挽肉・玉ねぎ いんげん 大根・人参・胡瓜	鶏そばろがゆ コロコロ野菜 味噌汁	米・鶏挽肉・玉ねぎ いんげん 胡瓜・人参・大根 じゃが芋・万能ねぎ	フレークがゆ ミートポテト	コーンフレーク・豆乳 豚挽肉・じゃが芋 人参・胡瓜	豚丼 コロコロサラダ 味噌汁		ドーナツ 豆乳
23(金)	7倍がゆ 鶏ささみペースト ブロッコリーとじ煮 トマトつぶし煮 スープ(汁のみ)	米 鶏ささみ ブロッコリー トマト	おかゆ～軟飯 鶏ささみの柔らかか煮 茹で野菜 清汁	米 鶏ささみ ブロッコリー・トマト わかめ・人参	オレンジケーキ オニオンスープ	ケーキMix粉 オレンジジュース 玉ねぎ・ブロッコリー	鮭ごはん 鶏ささみ 甘辛煮 添え野菜 清汁	鶏ささみ	オレンジケーキ オニオンスープ 玉ねぎ・ブロッコリー

※主食・主菜・副菜の分量については乳児食の8割からを目安としています。

※離乳食献立完了期の食材は乳幼児食と違うときのみ表示となります。なお、個別に配慮して内容を変更することがあります。

