



# 8月離乳食献立表



H25. 8. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	1回食期 (10:00~)	2~3回食期 午前 (10:00~)	完了食期 昼食 (10:15~)	2~3回食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:30~)
1,15 29	木	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(ひじき、人参) 味噌汁(小松菜、長ねぎ)	軟飯、煮魚 煮ひたし、味噌汁 ウインナーソーテー	かゆ、スティック野菜(大根、人参) たら入りスープ (大根、人参、長ねぎ、たら)	たら雑炊 牛乳、果物
16 30	金	かゆ、野菜の煮物 (人参、キャベツ、しいたけ) わかめスープ	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、キャベツ、しいたけ) わかめスープ(わかめ、玉ねぎ、人参)	軟飯、わかめスープ 豚ひき肉と野菜の煮物 さつまいもの甘煮	かゆ、さつまいもの甘煮(さつまいも) しらす入りスープ (大根、人参、長ねぎ、しらす)	しらす雑炊 牛乳、果物
3,17 31	土	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(さつまいも、キャベツ、玉ねぎ) 味噌汁(大根、人参)	軟飯、煮魚 野菜の煮物、味噌汁 スティックチーズ	野菜雑炊 (キャベツ、玉ねぎ、人参、大根)	野菜雑炊 牛乳
5 19	月	かゆ、煮魚 さつまいもの甘煮 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) さつまいもの甘煮(さつまいも) 味噌汁(玉ねぎ、わかめ)	軟飯、さつまいもの甘煮 煮魚、味噌汁 マカロニのケチャップ煮	かゆ、煮ひたし(玉ねぎ、人参) 鮭入りスープ (大根、人参、長ねぎ、生鮭)	鮭雑炊 牛乳、果物
6 20	火	かゆ 魚のホイル蒸し 野菜スープ	かゆ、魚のホイル蒸し (白身魚、人参、玉ねぎ、ピーマン) 野菜スープ(えのき、もやし、なす)	軟飯、野菜スープ 魚のホイル蒸し じゃがいもの甘煮	かゆ、じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 味噌汁 (大根、人参、長ねぎ、かじき)	味噌雑炊 牛乳、果物
7 21	水	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(大根、人参、わかめ) 味噌汁(かぼちゃ、人参)	軟飯、煮魚 野菜の煮物、味噌汁 さつまいもとりんごのデザート煮	かゆ、おさつスティック(さつまいも) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ)	おさつ雑炊 牛乳、果物
8 22	木	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、キャベツ) 味噌汁	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、キャベツ) 味噌汁(大根、長ねぎ)	軟飯、味噌汁 豚ひき肉と野菜の煮物 銀だらの煮付け	じゃがいものトマト煮 (じゃがいも、人参、玉ねぎ、トマト、生鮭) 野菜スープ(キャベツ、人参)	じゃがいもの トマト煮 牛乳、果物
9 23	金	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(ほうれんそう、人参) 味噌汁(長ねぎ、わかめ、人参)	軟飯、煮魚 煮ひたし、味噌汁 かぼちゃの天ぷら	かゆ、かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) 野菜スープ (鶏挽き肉、人参、大根、長ねぎ)	鶏そぼろ雑炊 牛乳、果物
10 24	土	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、ブロッコリー) 野菜スープ	かゆ、鶏挽き肉と野菜の煮物 (鶏挽き肉、人参、玉ねぎ、ブロッコリー) 野菜スープ(玉ねぎ、人参、大根)	軟飯、野菜スープ 鶏挽き肉と野菜の煮物 煮魚(かれい)	野菜雑炊 (人参、玉ねぎ、大根、ブロッコリー)	野菜雑炊 牛乳
12 26	月	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(ほうれんそう、もやし) 味噌汁(さつまいも、人参)	軟飯、煮魚 煮ひたし、味噌汁 かき揚げ	かゆ、豆腐の煮物(豆腐) 野菜スープ (人参、玉ねぎ、ピーマン、生鮭)	洋風雑炊 牛乳、果物
13 27	火	かゆ、煮魚 ゆで野菜 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) ゆで野菜(キャベツ、人参) 味噌汁(大根、玉ねぎ)	軟飯、煮魚 ゆで野菜、味噌汁 煮豆	かゆ、スティックポテト(じゃがいも) かじき入りスープ (大根、人参、長ねぎ、かじき)	かじき雑炊 牛乳、果物
14 28	水	かゆ 豆腐と野菜の煮物 味噌汁	かゆ、豆腐と野菜の煮物 (豆腐、人参、大根、わかめ) 味噌汁(人参、長ねぎ)	軟飯、味噌汁 豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの甘煮	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ、かぼちゃ)	かぼちゃ雑炊 牛乳、果物
2	金	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、なす) わかめスープ	かゆ、豚ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、なす) わかめスープ(わかめ、長ねぎ、大根)	軟飯、わかめスープ 豚ひき肉と野菜の煮物 りんごのコンポート	かゆ、りんごの甘煮(りんご) しらす入りスープ (大根、人参、長ねぎ、しらす)	しらす雑炊 牛乳、果物

\*都合により材料が変更になる場合があります。 \*初期食のメニューは、かゆ、汁物となります。汁物の材料は2回食と同じです。

### ☆完了食の果物について☆

完了食になると、午後に果物がつきます。子ども達の楽しみのひとつではありますが、果糖をとりすぎないようにするため少量です。りんごやなしは1/8切れをさらに3等分にして2枚、すいかは、5cm×1cmのスティックにしたものを2切れにしてだしています。

