

2022年8月 離乳食献立表

四つ木なかよし保育園

日にち	曜日	5~6ヶ月 午前	7~8ヶ月 午前	7~8ヶ月 午後	9~12ヶ月 午前	9~12ヶ月 午後	12~18ヶ月	12~18ヶ月 おやつ	
1	15	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 かれいの煮つけ 野菜の煮浸し 人参スープ	7倍粥 ツナとじゃがいもの煮物 にんじん煮 わかめスープ	5倍粥 かれいの煮つけ 野菜の煮浸し 人参スープ	5倍粥 ツナとじゃがいもの煮物 スティックにんじん わかめスープ	ご飯 さばの塩焼き 青菜和え みそ汁 オレンジ	牛乳 ワッフル
2	16	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 ささみと玉葱煮 白菜煮 きのこスープ	7倍粥 白菜のひき肉あん 人参甘煮 玉葱スープ	5倍粥 ささみと玉葱煮 白菜煮 きのこスープ	5倍粥 白菜のひき肉あん 人参甘煮 玉葱スープ	海苔の佃煮ご飯 生揚げ煮 きのこすまし汁 バナナ	牛乳 フライドポテト
3	17	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク	鶏うどん きゅうり煮 じゃがいもの煮物	7倍粥 鶏とじゃがいもの煮物 人参甘煮 オニオンスープ	鶏うどん スティックきゅうり じゃがいもの煮物	5倍粥 鶏とじゃがいもの煮物 人参甘煮 オニオンスープ	冷やし中華 シューマイ 中華スープ オレンジ	牛乳 とりおこわ
4	18	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 ささみとキャベツ煮 にんじん煮 玉葱スープ	7倍粥 玉葱のそぼろ煮 きゅうり煮 キャベツスープ	5倍粥 ささみとキャベツ煮 スティックにんじん 玉葱スープ	5倍粥 玉葱のそぼろ煮 きゅうり煮 キャベツスープ	キーマカレーライス コーンサラダ コンソメスープ デラウェア	牛乳 ヨーグルト せんべい
5	19	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	パンかゆ ささみときゅうり煮 ブロッコリー煮 人参スープ	7倍粥 人参のそぼろ煮 キャベツ煮 ブロッコリースープ	トースト ささみときゅうり煮 スティックブロッコリー 人参スープ	5倍粥 人参のそぼろ煮 キャベツ煮 ブロッコリースープ	丸パン 鶏肉のオレンジ焼き グリーンサラダ イタリアンスープ メロン	牛乳 どうもろこし
6	20	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 ツナと玉葱煮 きゅうり煮 ポテトのスープ	7倍粥 鶏とじゃがいもの煮物 人参甘煮 オニオンスープ	5倍粥 ツナと玉葱煮 スティックきゅうり ポテトのスープ	5倍粥 鶏とじゃがいもの煮物 人参甘煮 オニオンスープ	焼肉丼 塩昆布和え みそ汁 ヨーグルト	牛乳 クリームパン
8	22	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	しゃげ粥 きゅうりとわかめ煮 玉葱甘煮すまし汁 すまし汁	7倍粥 鶏団子煮 きゅうり煮 春雨スープ	しゃげ粥 きゅうりとわかめ煮 玉葱甘煮 春雨スープ	5倍粥 鶏団子煮 スティックきゅうり 春雨スープ	ビビンバ 中華風きゅうり 春雨スープ オレンジ	牛乳 ぶどうゼリー せんべい
9	23	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 大根のそぼろ煮 キャベツ煮 人参スープ	7倍粥 魚と人参の煮つけ だいこん煮 キャベツスープ	5倍粥 大根のそぼろ煮 キャベツ煮 人参スープ	5倍粥 魚と人参の煮つけ スティックだいこん キャベツスープ	丸パン ハンバーグ フレンチサラダ 大根スープ バナナ	牛乳 冷やしラーメン (23日:ホットケーキ)
10	24	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク	しらすうどん 小松菜の煮浸し 玉葱甘煮	7倍粥 ささみとキャベツ煮 にんじん煮 のりスープ	しらすうどん 小松菜の煮浸し 玉葱甘煮	5倍粥 ささみとキャベツ煮 スティックにんじん のりスープ	スパゲティミートソース レモンドレッシングサラダ 野菜スープ オレンジ	牛乳 塩ごはん スティックきゅうり
11	25	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 じゃがいもの煮つけ 野菜の煮浸し みそ汁	7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 人参甘煮 わかめスープ	5倍粥 かれいの煮つけ 野菜の煮浸し みそ汁	5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 人参甘煮 わかめスープ	ご飯 あじのかば焼き おかか和え 田舎汁 バナナ	牛乳 お麩のラスク
12	26	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	ひじき粥 玉葱のそぼろ煮 にんじん煮 野菜スープ	わかめうどん 魚と人参の煮つけ 小松菜の煮浸し	ひじき粥 玉葱のそぼろ煮 スティックにんじん 野菜スープ	わかめうどん 魚と人参の煮つけ 小松菜の煮浸し	ひじきご飯 シャキシャキつくね 小松菜和え みそ汁 バナナ	牛乳 そうめん
13	27	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 豆腐とツナ煮 玉葱甘煮 のりスープ	7倍粥 人参のそぼろ煮 もやし煮 野菜スープ	5倍粥 豆腐とツナ煮 玉葱甘煮 のりスープ	5倍粥 人参のそぼろ煮 もやし煮 野菜スープ	マーボー豆腐丼 ナムル わかめスープ ヨーグルト	牛乳 ぶどうパン
14	29	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 じゃがいものささみ煮 にんじん煮 かぶスープ	7倍粥 ツナと玉葱煮 かぶ煮 すまし汁	5倍粥 じゃがいものささみ煮 スティックにんじん かぶスープ	5倍粥 ツナと玉葱煮 かぶ煮 すまし汁	ごはん 肉じゃが 納豆和え みそ汁 メロン	牛乳 のり塩ラスク
15	30	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	とりがゆ きゅうり煮 人参甘煮 ねぎスープ	パンかゆ ささみと玉葱煮 きゅうり煮 春雨スープ	とりがゆ スティックきゅうり 人参甘煮 ねぎスープ	トースト ささみと玉葱煮 スティックきゅうり 春雨スープ	麦ごはん 手作りなめたけ 魚の照り焼き 切干大根の煮物 みそ汁 バナナ	牛乳 コーントースト
16	31	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 かれいの煮つけ 人参甘煮 オニオンスープ	パンかゆ 豆腐のそぼろあんかけ 玉葱甘煮 わかめスープ	5倍粥 かれいの煮つけ 人参甘煮 オニオンスープ	トースト 豆腐のそぼろあんかけ 玉葱甘煮 わかめスープ	ご飯 油淋鶏 春雨の中華サラダ にら玉スープ オレンジ	牛乳 ツナチヂミ

※<完了食、乳児食の提供について>
 喫食時の管理安全上の理由により、一定の期間中、麺類、パン類、お菓子関係は、小麦粉を使わない食品を使用いたします。ご質問等がありましたら、栄養士戸田までご連絡ください。
 ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

<完了食 514kcal(月平均)>