

令和元年

8月の離乳食予定献立表

沼間愛児園

日	曜	午前食				主な材料 午前食	午後食			主な材料 午後食
		ごっくん期 (A)	もぐもぐ期 (B)	かみかみ期 (C)	ばくばく期 (D)		B	C	D	
1	木	粥 人参 白菜スープ	粥 ささみのみそ野菜蒸し 白菜の清汁 果物	粥 ささみのみそ野菜蒸し 白菜の清汁 果物	軟飯 ささみのみそ野菜蒸し 白菜の清汁 果物	ささみ 人参 玉葱 白菜 なし	かぼちゃパン粥 トマト・かぶ	かぼちゃサンド トマト・かぶ	食パン かぼちゃ トマト かぶ	
2	金	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	そばろあんかけうどん 人参オレンジ煮・粉ふきいも	そばろあんかけうどん 人参オレンジ煮・粉ふきいも	そばろあんかけうどん 人参オレンジ煮・粉ふきいも	うどん 鶏胸肉 玉葱 人参 (CDみかんジュース) じゃがいも	しらすみそ粥 きゃべつとほうれんそうのお浸し	五平もち きゃべつとほうれんそうのしらすあえ	しらす きゃべつ ほうれんそう	
3	土	粥 人参 ほうれんそうのスープ	野菜おじや 大根のみそ汁	野菜おじや 大根のみそ汁	野菜おじや 大根のみそ汁	人参 玉葱 ほうれんそう 大根	さつまいもとかぼちゃのおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み		さつまいも かぼちゃ 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら	
5	月	粥 きゃべつ ほうれんそうのスープ	ささみと人参のお粥 きゃべつお浸し 麩とほうれんそうの味噌汁	ささみと人参のお粥 きゃべつお浸し 麩とほうれんそうの味噌汁	ささみの炊きこみごはん きゃべつお浸し 麩とほうれんそうの味噌汁	ささみ 人参 きゃべつ 麩 ほうれんそう	りんごパン粥 ブロッコリー・白菜	りんごサンド ブロッコリー・白菜	食パン りんご ブロッコリー 白菜	
6	火	粥 かぼちゃ 大根のスープ	煮こみうどん 大根の煮物 トマト	煮こみうどん 大根の煮物 トマト	煮こみうどん 大根の煮物 トマト	うどん 人参 玉葱 大根 トマト	しらす粥 かぼちゃ・かぶ	しらすごはん かぼちゃ・かぶ	しらす かぼちゃ かぶ	
7	水	粥 人参 白菜のスープ	粥 ささみの野菜スープ ブロッコリー 果物	粥 ささみの野菜スープ ブロッコリー 果物	軟飯 ささみの野菜スープ ブロッコリー 果物	ささみ 白菜 人参 玉葱 ブロッコリー パナナ	きなこパン粥 小松菜・人参	きなこサンド 小松菜・人参スティック	食パン きなこ 小松菜 人参	
8	木	粥 豆腐 人参スープ	粥 豆腐と野菜の煮物 わかめと玉葱の味噌汁	粥 豆腐ハンバーグ わかめと玉葱の味噌汁	軟飯 豆腐ハンバーグ わかめと玉葱の味噌汁	豆腐 人参 (CDパン粉) わかめ 玉葱	チーズおじや ほうれんそうお浸し・トマト	チーズお焼き ほうれんそうお浸し・トマト	チーズ (青のりD) ほうれんそう トマト	
9	金	粥 白身魚 白菜のスープ	パン粥 白身魚の野菜蒸し 小松菜と白菜のスープ	パン粥 白身魚の野菜蒸し 小松菜と白菜のスープ	食パン 鮭の野菜蒸し 小松菜と白菜のスープ	食パン カレイ (D鮭) 人参 玉葱 小松菜 白菜	鶏といんげんのお粥 じゃがいもときゃべつのみそ煮	鶏の炊きこみごはん じゃがいもときゃべつのみそ煮	鶏胸肉 いんげん じゃがいも きゃべつ	
10	土	粥 豆腐 じゃがいものスープ	豆腐あんかけ粥 じゃがいもと玉葱の味噌汁	豆腐あんかけ粥 じゃがいもと玉葱の味噌汁	豆腐あんかけ丼 じゃがいもと玉葱の味噌汁	豆腐 きゃべつ 人参 じゃがいも 玉葱	しらすおじや 彩野菜の汁椀		しらす 人参 玉葱 きゃべつ 人参 いんげん 玉葱 じゃがいも	
13	火	粥 大根 きゃべつのスープ	二色粥 大根の煮物 きゃべつの味噌汁	二色粥 大根の煮物 きゃべつの味噌汁	二色ごはん 大根の煮物 きゃべつの味噌汁	しらす 人参 大根 きゃべつ	わかめおじや かぼちゃの煮物	わかめおじや かぼちゃの煮物	わかめ 玉葱 かぼちゃ	
14	水	粥 じゃがいも かぶのスープ	野菜おじや じゃがいもの煮物 かぶの味噌汁	野菜おじや じゃがいもの煮物 かぶの味噌汁	野菜おじや じゃがいもの煮物 かぶの味噌汁	人参 玉葱 じゃがいも かぶ	きなこおじや 白菜と小松菜の煮びたし	きなこおはぎ 白菜と小松菜の煮びたし	きなこ 白菜 小松菜	
15	木	粥 豆腐 かぼちゃのスープ	そばろあんかけ粥 かぼちゃの煮物 豆腐とわかめの味噌汁	そばろあんかけ粥 かぼちゃの煮物 豆腐とわかめの味噌汁	そばろあんかけ丼 かぼちゃの煮物 豆腐とわかめの味噌汁	鶏胸肉 玉葱 かぼちゃ 豆腐 わかめ	甘辛しらす粥 人参の甘煮・大根の煮物	甘辛しらすごはん 人参の甘煮・大根の煮物	しらす 人参 大根	
16	金	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	みそうどん 粉ふきいも 果物	みそうどん 粉ふきいも 果物	みそうどん 粉ふきいも 果物	うどん 鶏胸肉 人参 きゃべつ じゃがいも オレンジ	豆腐あんかけ粥 かぶの煮物・トマト	豆腐丼 かぶの煮物・トマト	豆腐 白菜 人参 かぶ トマト	
17	土	粥 大根 白菜のスープ	野菜おじや 大根の味噌汁	野菜おじや 大根の味噌汁	野菜おじや 大根の味噌汁	人参 玉葱 白菜 大根	やわらか鶏のおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み		玉葱 人参 鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら	
19	月	粥 きゃべつ 人参のスープ	パン粥 鶏と野菜のスープ ブロッコリー	パン粥 肉団子と野菜のスープ ブロッコリー	食パン 肉団子と野菜のスープ ブロッコリー	食パン 鶏胸肉 玉葱 きゃべつ 人参 ブロッコリー	野菜おじや かぶの煮物・白菜お浸し	野菜おやき かぶの煮物・白菜お浸し	人参 いんげん かぶ 白菜	
20	火	粥 豆腐 大根のスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 トマト 大根の味噌汁	粥 豆腐ボール トマト 大根の味噌汁	軟飯 豆腐ボール トマト 大根の味噌汁	豆腐 人参 (CDパン粉) トマト 大根	りんごパン粥 じゃがいも・ほうれんそう	りんごサンド 粉ふきいも・ほうれんそうソテー	食パン りんご じゃがいも ほうれんそう	
21	水	粥 かぼちゃ 白菜のスープ	ささみと白菜のうどん かぼちゃの煮物 果物	ささみと白菜のうどん かぼちゃの煮物 果物	ささみと白菜のうどん かぼちゃの煮物 果物	うどん ささみ 白菜 かぼちゃ すいか	たらといんげんのお粥 ブロッコリーと人参の和え物	たらの炊きこみごはん ブロッコリーと人参の和え物	たら いんげん ブロッコリー 人参	
22	木	粥 かぶ 人参のスープ	マーボー粥 人参甘煮 かぶのスープ	マーボー粥 人参甘煮 かぶのスープ	マーボーどんぶり 人参甘煮 かぶのスープ	鶏胸肉 豆腐 玉葱 人参 かぶ	大根とわかめのお粥 きゃべつとしらすの和え物	大根とわかめのごはん きゃべつとしらすの和え物	大根 わかめ 人参 きゃべつ しらす	
23	金	粥 かぼちゃ 白菜のスープ	粥 煮魚 ほうれんそうのお浸し 白菜と玉葱の味噌汁	粥 煮魚 ほうれんそうのお浸し 白菜と玉葱の味噌汁	軟飯 煮魚 ほうれんそうのお浸し 白菜と玉葱の味噌汁	カレイ ほうれんそう 白菜 玉葱	トマトリゾット かぼちゃ	トマトピラフ かぼちゃ	ささみ トマト 玉葱 (Dグチャップ・バター) かぼちゃ	
24	土	粥 じゃがいも 人参のスープ	わかめおじや じゃがいもの味噌汁	わかめおじや じゃがいもの味噌汁	わかめおじや じゃがいもの味噌汁	わかめ 玉葱 人参 じゃがいも	しらすおじや 彩野菜の汁椀		しらす 人参 玉葱 きゃべつ 人参 いんげん 玉葱 じゃがいも	
26	月	粥 さつまいも きゃべつのスープ	そばろあんかけ粥 さつまいもの煮物 きゃべつの味噌汁	粥 肉団子の甘辛煮 さつまいもの煮物 きゃべつの味噌汁	軟飯 肉団子の甘辛煮 さつまいもの煮物 きゃべつの味噌汁	豚胸肉 玉葱 さつまいも きゃべつ	チーズパン粥 ブロッコリー・人参グラッセ	チーズサンド ブロッコリー・人参グラッセ	食パン チーズ ブロッコリー 人参 バター	
27	火	粥 人参 ほうれんそうスープ	冷やしみそうどん ほうれんそうお浸し 果物	冷やしみそうどん ほうれんそうお浸し 果物	冷やしみそうどん ほうれんそうお浸し 果物	うどん 人参 玉葱 ほうれんそう パナナ	たらのあんかけ粥 じゃがいもの煮物	たらのあんかけごはん じゃがいもの煮物	たら 人参 白菜 じゃがいも	
28	水	粥 さつまいも きゃべつのスープ	ささみときゃべつのおじや トマト 玉葱と人参のスープ	ささみときゃべつのおじや トマト 玉葱と人参のスープ	ささみときゃべつのおじや トマト 玉葱と人参のスープ	ささみ きゃべつ トマト 玉葱 人参	さつまいも粥 小松菜お浸し・大根の煮物	さつまいもごはん 小松菜おほかあえ・大根の煮物	さつまいも 小松菜 (Dかつお節) 大根	
29	木	粥 かぼちゃ 白菜のスープ	粥 魚のみそ野菜蒸し かぼちゃの煮物 白菜のスープ	粥 魚のみそ野菜蒸し かぼちゃの煮物 白菜のスープ	軟飯 魚のみそ野菜蒸し かぼちゃの煮物 白菜のスープ	カレイ 人参 玉葱 かぼちゃ 白菜	きなこパン粥 きゃべつ・かぶ	きなこサンド きゃべつ・かぶ	食パン きなこ きゃべつ かぶ	
30	金	粥 じゃがいも 人参のスープ	パン粥 じゃがいもそばろあんかけ 人参と小松菜のスープ	パン粥 焼きポテト 人参と小松菜のスープ	食パン 焼きポテト 人参と小松菜のスープ	食パン 鶏胸肉 玉葱 じゃがいも 人参 小松菜	しらすとわかめのお粥 白菜煮浸し・トマト	しらすとわかめのごはん 白菜煮浸し・トマト	しらす わかめ 白菜 トマト	
31	土	粥 かぶ きゃべつのスープ	あんかけ粥 かぶのスープ	あんかけ粥 かぶのスープ	あんかけごはん かぶのスープ	人参 玉葱 きゃべつ かぶ	さつまいもとかぼちゃのおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み		さつまいも かぼちゃ 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら	

ぱくぱく後期 (E) の午前食は乳児食と同じです。