

2020年 8月

## 予定献立表 後期

月	火	水	木	金	土
9~11か月ごろの離乳食 この時期は、バナナくらいの柔らかさの食べ物を、上の歯茎と下の歯茎でつぶして食べることを練習します。かたくて小さい食べ物だと、丸呑みする習慣がついてしまいますので、注意が必要です。 離乳食の回数が1日2回から3回に移ってきます。必要な栄養の半分以上を離乳食でとることになるので、主食・主菜・副菜を組み合わせるようにしましょう。					1 全粥 豆腐ちゃんぶるー 小松菜の味噌汁 バナナ  全粥 鶏肉の照り焼き 野菜スープ
3 そばろ軟飯 わかめスープ オレンジ  全粥 豆腐の挽肉トマト煮 小松菜の味噌汁	4 全粥 魚のピカタ 豆苗の味噌汁 さつま芋ステック  ごぼう粥 鶏肉煮 大豆スープ煮	5 全粥 松風焼 青梗菜とえのきの味噌汁  全粥 豆腐の挽肉あんかけ 野菜スティック	6 ベビー焼きそば ブロッコリーのおかか和え 豆腐のスープ  全粥 鶏肉の照り煮 キャベツスープ すいか	7 全粥 白身魚と野菜煮 キャベツの味噌汁 リンゴ  全粥 鶏の味噌漬焼き じゃが芋と人参のスープ	8 しらす粥 麩チャンプルー 高野豆腐の清し汁  全粥 鮭と玉葱のクリーム煮 キャベツスープ
10 山の日	11 全粥 麻婆豆腐風煮 I片と卵のスープ オレンジ  全粥 豆腐ハンバーグ オクラの味噌汁 トマトとシラスの和え物	12 全粥 お魚ハンバーグ ブロッコリーのスープ  全粥 鶏肉の野菜煮 エノキとしめじのスープ	13 全粥 魚のピカタ もずく汁 人参スティック  全粥 豚肉の野菜炒め煮 南瓜の味噌汁	14 全粥 豚肉の野菜炒め煮 へちまとかぼちゃ味噌汁 オレンジ  全粥 豆腐とトマトのスープ煮 カボチャサラダ	15 全粥 白身魚煮 じゃがいものスープ バナナ  大豆ご飯 鶏肉のてり煮 麩の味噌汁
17 トマトチーズ粥 マッシュポテト キャベツスープ  全粥 へちま豆腐のみそ煮 トマトスープ	18 なすのミートパゲティ コールスローサラダ ポテトスープ  全粥 レバーマッシュ キャベツのスープ	19 全粥 ハンバーグ 青梗菜と玉葱の清し汁  全粥 魚と野菜のスープ煮 スライスバナナ	20 おべんとう  全粥 豆腐の野菜煮 胡瓜スティック	21 沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト  全粥 魚の照り焼き 野菜の味噌汁	22 さかなそばろご飯 人参ともやしのスープ バナナ  全粥 豆腐のツナ野菜煮 胡瓜ステック
24 納豆粥 イナムドッチ 胡瓜スティック  全粥 豚肉の人参の炒め煮 豆腐のすまし汁	25 全粥 魚のコーンクリーム煮 根菜煮  全粥 豚肉とピーマン炒め さつま芋のスープ	26 全粥 豆腐のひき肉あん きのこの清まし汁  全粥 豆腐のトマト煮 胡瓜のツナ和え	27 全粥 鶏の味噌風味焼 わかめの味噌汁 バナナ  全粥 魚と野菜のスープ煮 さつまいもスティック	28 全粥 魚のピカタ コーンスープ  全粥 キャベツとツナのだし煮 野菜ステック	29 全粥 鶏てり焼き 豆腐の味噌汁  全粥 小松菜と豆腐煮 もやしの味噌汁
31 そうすい ゆし豆腐 オレンジ  全粥 豆腐とツナの野菜煮 胡瓜ステック					

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。