

離乳食予定献立表

NO.1

2014年
8月



日	曜日	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	完了期 午後おやつ
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ	
1	金	10倍粥 かぼちゃ煮 ポテトやさい煮	お粥 ささ身やさい煮 かぼちゃ煮	ロールパン ささ身入マッシュポテト グリーンサラダ かぼちゃポターージュ	ロールパン チキン香焼き グリーンサラダ かぼちゃポターージュ オレンジ	味噌おにぎり
2	土	にんじん粥	にんじん粥	三色丼	三色丼 飲むヨーグルト又はミルク	
4	月	10倍粥 しらすのトマト煮 とろとろポテト	オクラ粥 しらすのトマト煮 根菜煮	ひじきそうすい レバー入マッシュポテト トマトとオクラの和え物	もずく丼 ちむしんじ トマトとオクラの酢醤油和 オレンジ	プリン クラッカー パンダ乳又はミルク
5	火	なすのお粥 豆腐のすり流し かぼちゃ煮	なすのお粥 かぼちゃ豆腐 じゃがいも煮	豚肉野菜のギャップライス パパイアサラダ かぼちゃスープ	夏野菜カレー パパイアサラダ とろろ昆布汁 スティックチーズ	冷やしぜんざい りんご
6	水	10倍粥 さかなポテト煮 にんじん煮	お粥 魚のコーンクリーム煮 根菜煮	お粥 さばの煮つけ 肉じゃが	軟飯〜ご飯 鯖の梅味噌焼 ピーマンの細切炒め 中華風コンソープ 黄桃	ミレービスケット パンダ乳又はミルク
7	木	10倍粥 にんじん豆腐 とろとろポテト	お粥 豆腐ポテト煮 根菜煮	お粥 ヘビーハンバーグ ゴーヤーサラダ じゃが芋の味噌汁	軟飯〜ご飯 和風ハンバーグ ゴーヤーサラダ じゃが芋の味噌汁	もずくのひらや〜ちー パンダ乳又はミルク
8	金	10倍粥 魚の人参おろし煮 すいか	お粥 魚の人参おろし煮 玉葱のだし煮 すいか	お粥 魚のチーズ焼き 切干大根のやわらか煮 すいか	軟飯〜ご飯 魚のピザ焼 切干大根サラダ 豆苗スープ すいか	冷やしそうめん
9	土	にんじん粥	にんじん粥	ひじきそうすい	じゅーしー	
11	月	青菜粥 豆腐のすり流し にんじん煮	青菜粥 にんじん豆腐 マッシュバナナ	そぼろ軟飯 わかめスープ 角切りバナナ	キッズビビンバ わかめスープ スライスバナナ	あげパン パンダ乳又はミルク
12	火	10倍粥 魚の人参おろし煮 冬瓜煮	お粥 魚のやさいあんかけ 冬瓜煮	お粥 魚の黄身焼き 人参しりしりー 冬瓜の味噌汁	軟飯〜ご飯 魚のカレー揚げ 人参しりしりー 冬瓜の味噌汁	きなこクッキー パンダ乳又はミルク
13	水	10倍粥 きゅうり豆腐 とろとろポテト	お粥 ささ身オクラ煮 根菜煮	ひじき粥 ささ身オクラ煮 コロコロ胡瓜 ポテトスープ	軟飯〜ご飯 星のミートローフ ひじきともやしのサラダ ポテトスープ	ビスコ すいか 麦茶又はミルク
14	木	10倍粥 魚の人参おろし煮 かぼちゃ煮	お粥 魚の人参おろし煮 かぼちゃ煮	お粥 煮魚 へちまのチャブスイ	軟飯〜ご飯 魚の味噌マヨ焼き へちまのチャブスイ もずく汁 鉄ゼリー	ゴーヤー入スコーン 麦茶又はミルク
15	金	トマト粥 なすの白和え キャベツピュレ	トマト粥 なすの白和え キャベツ煮	なすのミートスパゲティ コールスローサラダ 豆スープ	なすのミートスパゲティ コールスローサラダ 豆スープ オレンジ	鮭おにぎり 麦茶又はミルク
16	土	やさい粥	やさい粥	やさい粥	ピラフ風 豆乳又はミルク	
18	月	10倍粥 しらすのトマト煮 きゅうり煮	オクラ粥 しらすのトマト煮 きゅうり煮	お粥 麻婆豆腐風煮 トマトとオクラの和え物	軟飯〜ご飯 麻婆豆腐 トマトとオクラの酢醤油和 きのこスープ オレンジ	タンナファクルー パンダ乳又はミルク

日	曜日	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	完了期 午後おやつ
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ	
19	火	10倍粥 さかなポテト煮 レタス煮	お粥 魚ポテト煮 レタストマト煮	お粥 さばのトマト煮 ポテトサラダ レタスの味噌汁	軟飯~ご飯 鯖のラビゴットソース レタスの味噌汁	フルーツポンチ
20	水	キャベツ粥 にんじん豆腐 すいか	キャベツ粥 豆腐のやさいあん すいか	まぜご飯 コロコロ胡瓜 ワンタンスープ すいか	中華丼 スティック胡瓜 ワンタンスープ すいか	フランスパン パンダ乳又はミルク ミニトマト
21	木	おべんとう				ヨーグルトスフレケーキ バナナ 麦茶又はミルク
22	金	10倍粥 青菜豆腐 にんじん煮	お粥 青菜豆腐 にんじん煮	沖縄そば 豆腐と野菜煮	沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト	まぜ寿司 麦茶又はミルク
23	土	水菜粥	水菜粥	鶏そうすい	鶏照り焼き丼	
25	月	キャベツ粥 豆腐のすり流し とろとろポテト	キャベツ粥 豆腐のトマトあん じゃがいも煮	トマトチーズ粥 マッシュポテト キャベツスープ	タコライス マッシュポテト きのこの清まし汁	赤ちゃんせんべい パンダ乳又はミルク オレンジ
26	火	さつまいも粥 魚の人参おろし煮 冬瓜煮	さつまいも粥 魚の野菜あんかけ 冬瓜煮	お粥 煮魚 さつまいも煮 冬瓜の味噌汁	軟飯~ご飯 魚の照焼き ゴーヤーチャンプルー 冬瓜の味噌汁	スイートポテト 麦茶又はミルク
27	水	10倍粥 なす豆腐煮 にんじん煮	お粥 なす豆腐煮 青菜の煮びたし	お粥 松風焼 なすのそぼろ煮 青梗菜の清まし汁	軟飯~ご飯 松風焼 茄子のそぼろ煮 はんべんと青梗菜の清まし 黄桃	もずくパン パンダ乳又はミルク ブルーベリー
28	木	10倍粥 さかなと玉葱煮 にんじん煮	お粥 魚の野菜あんかけ にんじん煮	お粥 魚の野菜あんかけ 胡瓜のサラダ アーサ汁	おくらかけご飯 魚の甘酢あんかけ 春雨サラダ アーサ汁	麦ケーキ パンダ乳又はミルク
29	金	10倍粥 しらすのトマト煮 キャベツピュレ	お粥 しらすのトマト煮 キャベツ煮	お粥 煮込みハンバーグ 胡瓜とわかめの和え物 へちまの味噌汁	軟飯~ご飯 煮込みハンバーグ 胡瓜とわかめの酢の物 へちまの味噌汁 すいか	ソーメンタシヤー
30	土	にんじん粥	にんじん粥	ぼろぼろじゅーしー	ぼろぼろじゅーしー 固形ヨーグルト	

※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。

2014年
8月

No.1

日	曜日	食 材			
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ
1	金	精白米 かぼちゃ じゃがいも ブロッコリー	精白米 鶏ささ身 じゃがいも ブロッコリー かぼちゃ	ロールパン 鶏ささ身 じゃが芋 キャベツ ブロッコリー 胡瓜 南瓜 じゃが芋 精白米 玉葱 バター 牛乳	ロールパン 鶏もも肉 にんにく 薄力粉 油 キャベツ ブロッコリー 胡瓜 ツナ 油 南瓜 じゃが芋 精白米 玉葱 バター 牛乳 生クリーム 味噌 三温糖 海苔
2	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 鶏挽肉 卵 人参	精白米 鶏挽肉 生姜 卵 人参 飲むヨーグルト
4	月	精白米 トマト しらす じゃが芋	精白米 オクラ トマト しらす じゃが芋 人参	精白米 ひじき 豚挽肉 人参 じゃが芋 レバー トマト オクラ 胡瓜 しらす	精白米 もずく 豚挽肉 ピーマン 卵 人参 生姜 豚レバー 豚肩肉 にんにく じゃが芋 玉葱 味噌 ねぎ トマト オクラ 胡瓜 しらす オレンジ プリン クラッカー パンダ乳
5	火	精白米 なす 豆腐 片栗粉 かぼちゃ	精白米 なす 南瓜 豆腐 じゃが芋	精白米 なす へちま 豚もも肉 人参 パパイア 胡瓜 ごま 南瓜 玉葱 ケチャップ	精白米 豚もも肉 人参 玉葱 へちま なす 南瓜 油 じゃが芋 薄力粉 バター パパイア 胡瓜 ごま とろろ昆布 麩 みつ葉 チーズ 金時豆 押麦 黒糖 りんご
6	水	精白米 赤魚 じゃが芋 人参	精白米 赤魚 クリームコーン じゃが芋 人参	精白米 さば じゃが芋 豚もも肉 人参	精白米 さば 梅干し 味噌 ごま ピーマン 豚もも肉 人参 もやし じゃが芋 片栗粉 油 三温糖 オイスターソース クリームコーン 卵 ビスケット パンダ乳
7	木	精白米 豆腐 人参 じゃが芋	精白米 豆腐 じゃが芋 玉葱 人参	精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 卵 片栗粉 油 ゴーヤー バイン 人参 じゃが芋 味噌	精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 油 牛乳 パン粉 卵 ゴーヤー バイン 人参 三温糖 じゃが芋 ねぎ わかめ 味噌 薄力粉 もずく にら ツナ
8	金	精白米 キング 人参 すいか	精白米 キング 人参 玉葱 すいか	精白米 キング 薄力粉 油 チーズ 切干大根 人参 すいか	精白米 キング 玉葱 ベーコン ピザソース ケ チャップ 油 チーズ 切干大根 胡瓜 人参 ツナ ごま 三温糖 豆苗 鶏もも肉 しめじ そうめん トマト オクラ みかん缶
9	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 ひじき 人参	精白米 豚もも肉 椎茸 ひじき 人参 ねぎ
11	月	精白米 小松菜 豆腐 片栗粉 人参	精白米 小松菜 豆腐 人参 バナナ	精白米 鶏挽肉 もやし 油 人参 小松菜 わかめ えのき ねぎ バナナ	精白米 豚挽肉 鶏挽肉 長ねぎ 生姜 にんにく 油 三温糖 もやし 人参 小松菜 トマト うずら卵 わかめ えのき ねぎ バナナ あげぱん パンダ乳
12	火	精白米 メルルーサ 人参 冬瓜	精白米 メルルーサ 人参 玉葱 片栗粉	精白米 メルルーサ 卵 人参 ピーマン 玉葱 冬瓜 人参 味噌	精白米 メルルーサ 卵 薄力粉 カレー粉 油 人参 ピーマン 玉葱 冬瓜 鶏もも肉 味噌 きなこ バター パンダ乳
13	水	精白米 豆腐 胡瓜 じゃが芋	精白米 鶏ささ身 オクラ じゃが芋 人参	精白米 ひじき 鶏ささ身 オクラ 胡瓜 じゃが芋 人参 玉葱	精白米 合挽肉 玉葱 油 人参 卵 パン粉 オクラ 薄力粉 ひじき もやし 胡瓜 ツナ 三温糖 じゃが芋 ベーコン ビスコ すいか
14	木	精白米 メルルーサ 人参 かぼちゃ	精白米 メルルーサ 人参 かぼちゃ	精白米 メルルーサ 三温糖 へちま 豆腐 人参 長ネギ 片栗粉	精白米 メルルーサ 薄力粉 マヨネーズ 味噌 へちま 豆腐 卵 人参 にんにく 長ネギ 油 片栗粉 もずく 鉄ゼリー ゴーヤー バナナ バター スキムミルク 生クリーム
15	金	精白米 トマト なす 豆腐 キャベツ	精白米 トマト なす 豆腐 キャベツ 人参	パゲティ 茄子 合挽肉 豚レバー 玉葱 人参 トマト キャベツ コーン ひよこ豆 青豆 赤豆 玉葱 玉葱 じゃが芋	パゲティ 茄子 合挽肉 豚レバー ケチャップ トマト 三温糖 人参 玉葱 油 にんにく キャベツ コーン マヨネーズ ひよこ豆 青えんどう 赤いんげん豆 バター じゃが芋 鮭 からし菜 精白米
16	土	精白米 人参 玉葱	精白米 人参 玉葱	精白米 人参 玉葱 しめじ グリンピース	精白米 人参 玉葱 ロースハム しめじ グリンピース 豆乳
18	月	精白米 トマト しらす 胡瓜 片栗粉	精白米 オクラ トマト しらす 胡瓜	精白米 とうふ 豚挽肉 干椎茸 長ネギ 油 人参 味噌 片栗粉 トマト 胡瓜 胡瓜 しらす 三温糖	精白米 豆腐 豚挽肉 椎茸 長ネギ ピーマン 人参 トマト オクラ 胡瓜 しらす 三温糖 竹輪 えのき もやし オレンジ タンナファクラー パンダ乳

日	曜日	食 材			
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ
19	火	精白米 赤魚 じゃが芋 レタス 片栗粉	精白米 赤魚 レタス トマト 片栗粉	精白米 さば 玉葱 トマト 片栗粉 じゃが芋 人参 マカロニ パセリ レタス 味噌	精白米 さば 薄力粉 片栗粉 油 玉葱 トマト 胡瓜 じゃが芋 人参 マカロニ パセリ マヨネーズ レタス えのき 味噌 バナナ みかん パイナップル 黄桃
20	水	精白米 キャベツ 豆腐 人参 すいか	精白米 キャベツ 豆腐 人参 玉葱 片栗粉 すいか	精白米 豚もも肉 キャベツ 人参 胡瓜 もやし 玉葱 大豆 ワンタンの皮 すいか	精白米 豚もも肉 えび うずら卵 椎茸 人参 生姜 にんにく 片栗粉 胡瓜 三温糖 もやし 玉葱 豚挽肉 大豆 ワンタンの皮 すいか フランスパン パンダ乳 ミニトマト
21	木	おべんとう			プレーンヨーグルト 卵 レモン 牛乳 ホットケーキ粉 バナナ
22	金	精白米 豆腐 小松菜 人参	精白米 豆腐 小松菜 人参	沖縄そば 人参 玉葱 ねぎ 豆腐 小松菜 人参	沖縄そば 玉葱 人参 昆布 豆腐 胡瓜 小松菜 ツナ 三温糖 固形ヨーグルト 精白米 椎茸 油揚げ 卵 大葉
23	土	精白米 水菜	精白米 水菜	精白米 鶏もも肉 水菜	精白米 鶏もも肉 生姜 片栗粉 水菜 海苔
25	月	精白米 キャベツ 豆腐 片栗粉 じゃが芋	精白米 キャベツ 豆腐 トマト じゃがいも	精白米 トマト 鶏ささ身 チーズ じゃが芋 牛乳 バター パセリ キャベツ	精白米 合挽肉 玉葱 油 ケチャップ キャベツ トマト チーズ じゃが芋 牛乳 バター パセリ えのき しめじ ねぎ せんべい パンダ乳 オレンジ
26	火	精白米 さつまいも 赤魚 人参 冬瓜 片栗粉	精白米 さつまいも 赤魚 人参 玉葱 冬瓜 片栗粉	精白米 赤魚 さつまいも 人参 冬瓜 味噌	精白米 赤魚 生姜 ゴーヤー 玉葱 人参 もやし 卵 冬瓜 豚肩肉 ねぎ さつまいも 三温糖 バター 生クリーム
27	水	精白米 なす 豆腐 人参	精白米 なす 豆腐 青梗菜 人参	精白米 鶏挽肉 とうふ 玉葱 味噌 ごま パン粉 卵 なす 豚挽肉 人参 椎茸 片栗粉 青梗菜	精白米 鶏挽肉 とうふ 玉葱 油 パン粉 卵 三温糖 味噌 ごま なす 豚挽肉 人参 椎茸 生姜 片栗粉 青梗菜 はんぺん 黄桃 もずくパン パンダ乳 ブルーン
28	木	精白米 ホキ 玉葱 人参	精白米 ホキ オクラ 玉葱 人参	精白米 ホキ オクラ 玉葱 胡瓜 人参 もやし アーサ 豆腐 ねぎ	精白米 オクラ 海苔佃煮 ホキ 薄力粉 片栗粉 ケチャップ 玉葱 三温糖 春雨 もやし ツナ 胡瓜 人参 もずく ごま アーサ 豆腐 バナナ 全粒粉 卵 牛乳 バター
29	金	精白米 トマト しらす キャベツ	精白米 トマト しらす 玉葱 キャベツ 人参	鶏挽肉 玉葱 片栗粉 卵 ケチャップ 胡瓜 トマト わかめ しらす ごま 三温糖 へちま とうふ みそ	精白米 鶏挽肉 玉葱 片栗粉 卵 ケチャップ 胡瓜 トマト わかめ しらす へちま 豆腐 味噌 すいか そうめん キャベツ 人参 ツナ ねぎ
30	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 人参 椎茸 ツナ ねぎ	精白米 人参 椎茸 ツナ ねぎ 固形ヨーグルト

※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。