

# 8月 離乳食献立予定 平成30年度

# こどもパル

		12~18ヶ月	9~11ヶ月	7・8ヶ月	6ヶ月
		◎は10時、○は午後おやつ	○は午後補食		
1	水	鶏肉の旨煮(ささみ) 青菜の香りしやも ポイルトマト 王様スープ メロン ◎お茶 ヨーグルト ○牛乳 メロンパン	鶏肉の柔らか煮 青菜の胡麻和え ポイルトマト 王様スープ 軟飯~全粥 ○お茶 割れパン	ささみと人参の柔らか煮 青菜の煮野菜 ポイルトマト 豆腐スープ 5倍粥	豆腐のペースト 青菜と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
2	木	白身魚の磯辺フライ じゃがいもの味噌汁 煮豆 すいか ◎牛乳 ひとちビスケット ○牛乳 ゼリー	煮魚 じゃがいもの味噌汁 煮豆(大豆、人参、しらす、いんげん) 軟飯~全粥 ○お茶 ゼリー	煮魚 じゃがいもの味噌汁 煮豆(大豆、人参、しらす、いんげん) 5倍粥	大豆と人参のペースト(しらす入り) じゃがいもと玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
3	金	ハンバーグ レタスサラダ 人参グラッセ ズッキーニのスープ パナナ ◎牛乳 スティックパン ○牛乳 塩せんべい	豆腐ハンバーグ(鶏ささみ) 人参とじゃがいものグラッセ ズッキーニのスープ 軟飯~全粥 ○お茶 せんべい	豆腐ハンバーグ(鶏ささみ) 人参とじゃがいものグラッセ ズッキーニのスープ 5倍粥	豆腐のペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
4	土	◎牛乳 クッキー ○牛乳 クラッカー			
6	月	五目焼きそば かぼちゃの素揚げ 焼きしやも わかめの味噌汁 すいか ◎牛乳 レーズンパン ○牛乳 プリン	煮魚 かぼちゃの甘煮 豆腐の味噌汁 キャベツのコンソメ煮(キャベツ、人参、玉ねぎ) ◎お茶 プリン	煮魚 かぼちゃの甘煮 キャベツのコンソメ煮 豆腐の味噌汁 5倍粥	キャベツと人参のペースト かぼちゃのペースト 豆腐のペースト 野菜スープ 10倍粥
7	火	コロッケ キャベツサラダ 麩のすまし汁 メロン ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 ソフトせんべい	コロッケ キャベツの柔らか煮 麩のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 ソフトせんべい	鶏ささみのくたくた煮 キャベツの柔らか煮 麩のすまし汁 5倍粥	根野菜のペースト キャベツとしらすのペースト 野菜スープ 10倍粥
8	水	鮭のムニエル ゆでブロッコリー 里芋の旨煮(里芋、人参、いんげん) ほうれん草のすまし汁 オレンジ ◎牛乳 チーズ ○牛乳 きな粉トースト	鮭のムニエル ゆでブロッコリー 里芋の煮物(里芋、人参、いんげん) ほうれん草のスープ 軟飯~全粥 ◎お茶 きな粉トースト	鮭と里芋の煮物(鮭、里芋、人参、いんげん) 柔らかブロッコリー ほうれん草のスープ 5倍粥	鮭の野菜スープ煮(ペースト) 里芋と人参のペースト ブロッコリーのペースト ほうれん草スープ 10倍粥
9	木	揚げ餃子 中華和え 豆腐汁 すいか ◎牛乳 あられ ○飲むヨーグルト クラッカー	水餃子 野菜の煮物(キャベツ、春雨) すまし汁(麩) 軟飯~全粥 ○お茶 せんべい	鶏肉団子の旨煮 野菜の煮物(キャベツ、春雨)すまし汁(麩) 5倍粥	豆腐と野菜のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
10	金	白身魚のソフト揚げ 海苔ふりかけ 春雨のスープ きゅうりスライス 人参グラッセ ぶどう ◎牛乳 サンドビスケット ○牛乳 クッキー	白身魚のムニエル 人参グラッセ キャベツのコンソメ煮 春雨のスープ 軟飯~全粥 ○お茶 クッキー	煮魚 人参グラッセ キャベツのコンソメ煮 春雨の雨スープ(卵なし) 5倍粥	白身魚のペースト(たら、赤魚など) 野菜のペースト(人参、キャベツ、じゃがいも) 野菜スープ 10倍粥
13	月	冷やしうどん ミニ春巻き 夏野菜サラダ パナナ ◎牛乳 コーンフレーク ○牛乳 ビスケット	冷やしうどん 煮魚 夏野菜の煮物(なすび、人参、キャベツ) 軟飯~全粥 ○お茶 ビスケット	冷やしそめん 煮魚 夏野菜の煮物(なすび、人参、キャベツ) 5倍粥	人参と玉ねぎのペースト キャベツのペースト 白身魚のペースト 野菜スープ 10倍粥
14	火	ハヤシライス キャベツのサラダ チーズ すいか ◎牛乳 ミレービスケット ○牛乳 せんべい	しらすとわかめのおにぎり チーズ キャベツのミルクスープ(ベーコン) 軟飯~全粥 ○お茶 せんべい	しらすとわかめの5倍粥 かぼちゃのそぼろ煮 キャベツのコンソメスープ(ベーコン)	しらすの10倍粥 かぼちゃと人参のペースト キャベツのとろとろスープ
15	水	赤魚の甘辛煮 ブロッコリーの和え物 キャベツのみそ汁 いちご ◎牛乳 ウエハース ○ヨーグルト	赤魚の甘辛煮 ブロッコリーの柔らか煮 キャベツの味噌汁 軟飯~全粥 ○ヨーグルト	白身魚のあんかけ ぶろっこリーの柔らか煮 キャベツの味噌汁 5倍粥	ブロッコリーのペースト きゃべつと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
16	木	ピーマンチャンプル フライドポテト ポイル野菜 小松菜のすまし汁 すいか ◎牛乳 ポーロ ○牛乳 みかんゼリー	豆腐の鶏あんかけ 軟飯~全粥 根野菜の煮物(玉ねぎ、人参、じゃがいも) 小松菜のすまし汁 ○お茶 みかんゼリー	豆腐の鶏あんかけ 根野菜の煮物(玉ねぎ、人参、じゃがいも) 小松菜スープ 5倍粥	豆腐ペースト 根野菜のペースト 小松菜のペースト 野菜スープ 10倍粥
17	金	鶏肉と根菜の黒酢煮 ミノトマト ごま塩きゅうり なの味噌汁 メロン ◎牛乳 パナナ ○牛乳 ジャムサンド	鶏肉と根菜の黒酢煮 ポイルトマト 胡麻塩スライスきゅうり なの味噌汁 軟飯~全粥 ○お茶 ジャムサンド	鶏肉と野菜の柔らか煮 (鶏肉、人参、里芋、いんげん) ポイルトマト なの味噌汁 5倍粥	野菜ペースト(人参、里芋、いんげん) トマトの柔らか煮 野菜スープ しらす粥
18	土	◎牛乳 カステラ ○ジュース あられ			
20	月	チキンステーキの旨煮 彩りにゆめん ブロッコリーのおかか和え すいか ◎牛乳 せんべい ○牛乳 あんぱん	そうめん汁(そうめん、鶏肉、人参、玉ねぎ、ねぎ) ブロッコリーとひじきの煮物 軟飯~全粥 ○お茶 あんぱん	そうめんのくたくた煮 (そうめん、鶏肉、人参、玉ねぎ、ねぎ) ブロッコリーとひじきの煮物 5倍粥	人参と野菜のペースト(人参、玉ねぎ、キャベツ) 豆腐のペースト ブロッコリーとひじきのペースト 10倍粥
21	火	麻婆豆腐 マッシュポテト キャベツの味噌汁 オレンジ ◎牛乳 ロールパン ○牛乳 ビスケット	麻婆豆腐(鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ) マッシュポテト キャベツの味噌汁 軟飯~全粥 ○牛乳 ビスケット	麻婆豆腐 (鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ) マッシュポテト キャベツスープ 5倍粥	豆腐のペースト キャベツのペースト じゃがいものペースト (じゃがいも、人参、玉ねぎ) 10倍粥
22	水	アンパンマンドライカレー 野菜スープ 鶏肉のから揚げ ポイルワインナー ブロッコリーサラダ パナナ ◎飲むヨーグルト ○お茶 フルーツパフェ	夏野菜のリゾット 鶏肉の旨煮 柔らかブロッコリー キャベツのコンソメ煮 ◎お茶 フルーツパフェ	夏野菜のリゾット(ベーコン) 鶏肉の旨煮 ブロッコリーとキャベツの柔らか煮 野菜スープ 5倍粥	トマトペースト ブロッコリー、玉ねぎ、人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
23	木	鮭の竜田揚げ 煮豆 花麩のすまし汁 ほうれん草の和え物 メロン ◎牛乳 パナナ ○牛乳 サブレ	煮魚 煮豆 ほうれん草の柔らか煮 花麩のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 サブレ	煮魚 煮豆 ほうれん草の柔らか煮 花麩のすまし汁 5倍粥	白身魚のペースト 金時豆のペースト ほうれん草と小松菜のペースト 豆腐のスープ 10倍粥
24	金	豚肉のハンガリー風煮込み スパツテー スティックきゅうり ベーコンスープ パナナ ◎牛乳 おかき ○牛乳 ウエハース	鶏肉と野菜の柔らか煮(鶏肉、人参、ブロッコリー) マッシュポテト(じゃがいも) ベーコンスープ 軟飯~全粥 ○お茶 ウエハース	鶏肉と野菜の柔らか煮 マッシュポテト ベーコンスープ 5倍粥	白身魚のペースト(たら、赤魚など) 野菜のペースト 野菜スープ 10倍粥
25	土	◎牛乳 せんべい ○牛乳 ゼリー			
27	月	冷やしラーメン チーズサラダ しらす干し ぶどう 牛乳 カルシウムせんべい ◎牛乳 ココアクッキー	冷やしうどん(鶏肉、玉ねぎ、人参、ねぎ) しらす干し 夏野菜の煮物 軟飯~全粥 ○お茶 ココアクッキー	煮込みうどん(玉ねぎ 人参 ねぎ) しらす粥 夏野菜の煮物	玉ねぎと人参のペースト いんげんのペースト 野菜スープ なすびのペースト しらす粥
28	火	肉じゃが きゅうりの酢の物 きのこの味噌汁 オレンジ ◎牛乳 あられ ○牛乳 割れパン	肉じゃが(鶏肉) 煮野菜(キャベツ、人参) 玉ねぎの味噌汁(玉ねぎ、麩) 軟飯~全粥 ◎お茶 割れパン	肉じゃが(鶏肉)煮野菜(キャベツ、人参) 玉ねぎの味噌汁(玉ねぎ、麩) 5倍粥	野菜のペースト (じゃがいも、人参、たまねぎ、いんげん) キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
29	水	テンジャオロースー かぼちゃの甘煮 玉ねぎの味噌汁 パナナ ◎牛乳 ビスケット ○お茶 おにぎり	鮭のホイル蒸し(鮭、玉ねぎ、人参、バター) かぼちゃの甘煮 玉ねぎの味噌汁 軟飯~全粥 ○お茶 おにぎり	鮭のホイル蒸し(鮭、玉ねぎ、人参、バター) かぼちゃの甘煮 玉ねぎの味噌汁 5倍粥	鮭と野菜のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ 10倍粥
30	木	鶏肉と野菜煮物 トマトと春雨のサラダ 豆腐の味噌汁 メロン ◎牛乳 野菜かりんとう ○お茶 フルーツヨーグルト	鶏肉と野菜煮物(人参、じゃがいも) ポイルトマト 豆腐の味噌汁 ◎お茶 フルーツヨーグルト	鶏肉と野菜煮物(鶏肉、人参、じゃがいも) ポイルトマト 豆腐の味噌汁 5倍粥 オレンジ	人参とじゃがいものペースト トマトペースト 豆腐ペースト 野菜スープ 10倍粥
31	金	鮭のチーズ焼き マカロニサラダ 麩のすまし汁 オレンジ ◎牛乳 クラッカー ○牛乳 蒸しパン	焼き鮭 マカロニと野菜の煮物 豆腐のすまし汁 オレンジ 軟飯~全粥 ◎お茶 蒸しパン	鮭ほぐし マカロニと野菜の煮物 豆腐のすまし汁 ぶどう 5倍粥	白身魚のペースト 野菜ペースト 豆腐ペースト 野菜スープ 10倍粥