

# 8月 離乳食献立予定

令和5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	○は午後おやつ		
1	火	鶏マヨネーズ 小松菜のごま和え トマト 玉ねぎスープ すいか ◎お茶 ヨーグルト ○牛乳 みかんゼリー	豆腐の旨煮 小松菜の和え物 ポイルトマト 野菜スープ 軟飯~全粥 ○すいか	豆腐の旨煮 人参のやわらか煮 小松菜の煮びたし ポイルトマト 豆腐スープ 5倍粥	豆腐のペースト 小松菜のペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
2	水	焼き魚 きんぴらごぼう ポイル野菜 ほうれん草の味噌汁 パナナ ◎牛乳 チーズ ○牛乳 きな粉トースト	煮魚 ブロッコリーと人参の煮物 ほうれん草のスープ 軟飯~全粥 ○パナナ	煮魚 柔らかブロッコリー 人参の煮物 ほうれん草のスープ 5倍粥	白身魚のペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
3	木	豚肉のハンガリー風煮込み スパノテー スティック野菜 もやしのコンソメスープ パン ◎豆乳 米菓子 ○牛乳 ウエハース	鶏肉と野菜の柔らか煮 柔らかきゅうり 野菜スープ 軟飯~全粥 ○パン	鶏肉と野菜の柔らか煮 とろとろきゅうり 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト 人参、きゅうりのペースト 野菜スープ 10倍粥
4	金	コロッケ キャベツサラダ きのこの中華スープ オレンジ ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 甘辛せんべい	おやき キャベツの柔らか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○オレンジ	ささ身とじゃが芋のおやき キャベツの柔らか煮 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト じゃがいも、人参、玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
5	土	◎牛乳 サブレ ○オレンジジュース 米菓子			
7	月	冷やしうどん ミニ春巻き ツナの和風サラダ メロン ◎牛乳 スティックパン ○牛乳 マドレーヌ	煮込みうどん 煮魚 人参と玉ねぎの煮物 軟飯~全粥 ○メロン	煮込みうどん 煮魚 人参と玉ねぎの煮物 5倍粥	白身魚のペースト 人参と玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
8	火	ゴーヤチャンプル フライドポテト ポイル野菜 小松菜の味噌汁 すいか ◎牛乳 ポーロ ○牛乳 ジャムサンド	豆腐の野菜あんかけ 軟飯~全粥 玉ねぎ、人参、じゃがいもの煮物 小松菜のすまし汁 ○すいか	豆腐の野菜あんかけ 玉ねぎ、人参、じゃがいもの煮物 小松菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト じゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
9	水	揚げ餃子 中華和え わかめの中華スープ グレープフルーツ ◎豆乳 ビスケット ○ヨーグルト	肉団子の旨煮 春雨と野菜の煮物 すまし汁 軟飯~全粥 ○オレンジ	鶏肉団子の旨煮 春雨と野菜の煮物 すまし汁 5倍粥	ささ身と野菜のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
10	木	五目焼きそば 野菜のゆかり和え わかめのすまし汁 すいか ◎牛乳 レーズパン ○牛乳 クラッカー	豆腐の野菜あんかけ キャベツの煮物 すまし汁 軟飯~全粥 ○すいか	豆腐の野菜あんかけ キャベツの煮物 すまし汁 5倍粥	キャベツと人参のペースト 豆腐のペースト 野菜スープ 10倍粥
12	土	◎牛乳 米菓子 ○りんごジュース クラッカー			
14	月	焼き魚 きゅうりともやしのナムル 春雨の中華スープ 野菜ふりかけ オレンジ ◎ヨーグルト ○豆乳 ビスケット	白身魚のムニエル 人参煮 春雨スープ 軟飯~全粥 ○オレンジ	煮魚 人参の柔らか煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
15	火	ハヤシライス キャベツのドレッシング和え チーズ パナナ ◎牛乳 ウエハース ○牛乳 せんべい	鶏肉と野菜のうま煮 キャベツの煮びたし 野菜スープ 軟飯~全粥 ○パナナ	ささ身と野菜のうま煮 キャベツの煮びたし 野菜スープ 5倍粥	ささ身と人参のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
16	水	チンジャオロースー かぼちゃの煮物 小松菜の味噌汁 パナナ ◎牛乳 米菓子 ○お茶 おにぎり	チンジャオロースー風 かぼちゃの煮物 玉ねぎの味噌汁 軟飯~全粥 ○パナナ	ささ身と野菜の煮物 かぼちゃの甘露 玉ねぎの味噌汁 5倍粥	ささ身と人参のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ 10倍粥
17	木	★鞋の塩こうじ焼き ★切干大根とベーコンの炒め物 高野豆腐の味噌汁 メロン ◎牛乳 パナナ ○牛乳 ★ごまじゃこトースト	煮魚 玉ねぎと人参の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ○メロン	煮魚 玉ねぎと人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 人参と人参の煮物 野菜スープ 10倍粥
18	金	焼魚 竹輪の酢の物 かぼちゃの味噌汁 パナナ ◎牛乳 ほん菓子 ○プリン	煮魚 野菜のやわらか煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○パナナ	煮魚 野菜のやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 南瓜のペースト 野菜スープ 10倍粥
19	土	◎牛乳 クラッカー ○リンゴジュース せんべい			
21	月	冷やし中華 チーズサラダ いりこの佃煮 オレンジ ◎牛乳 カルシウム煎餅 ○牛乳 焼きドーナツ	煮込みうどん しらす煮 人参の煮物 軟飯~全粥 ○オレンジ	煮込みうどん しらす煮 人参の煮物 5倍粥	しらすのペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
22	火	鯖の竜田揚げ 干草和え 煮豆 花魁のすまし汁 メロン ◎牛乳 クッキー ○グレープゼリー	煮魚 青菜の煮びたし 野菜スープ 軟飯~全粥 ○メロン	煮魚 青菜の煮びたし 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト ほうれん草、人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
23	水	豚肉の生姜焼き カニカマの酢の物 おぐらの味噌汁 パイン ◎牛乳 たまごせんべい ○ヨーグルト	鶏肉と野菜の柔らか煮 やわらかキャベツ 豆腐の味噌汁 軟飯~全粥 ○パン	鶏肉と野菜の柔らか煮 やわらかキャベツ 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
24	木	チキンライス 鶏肉のから揚げ サンドイッチ ブロッコリーサラダ スープ すいか ◎飲むヨーグルト ○フルーツパフェ	夏野菜のリゾット 煮魚 ブロッコリーとキャベツの煮物 野菜スープ ○すいか	夏野菜のリゾット 煮魚 ブロッコリーとキャベツの柔らか煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
25	金	納豆丼 梅和え チーズ すまし汁 すいか ◎牛乳 パナナ ○牛乳 ジャーマンポテト	豆腐の鶏あんかけ 軟飯~全粥 玉ねぎ、人参、じゃがいもの煮物 小松菜のすまし汁 ○すいか	豆腐の鶏あんかけ 玉ねぎ、人参、じゃがいもの煮物 小松菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト じゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
26	土	◎牛乳 せんべい ○オレンジジュース サブレ			
28	月	五目そうめん なすとピーマンの味噌炒め お魚ふりかけ グレープフルーツ すいか ◎牛乳 ロールパン ○牛乳 刻み海苔トースト	そうめん汁 しらすと人参のやわらか煮 なすとピーマンの煮物 軟飯~全粥 ○オレンジ	そうめん汁 しらすと人参のやわらか煮 なすとピーマンの煮物 5倍粥 野菜スープ	しらすのペースト きゅうりのペースト 野菜スープ 10倍粥
29	火	冷やししゃぶしゃぶ ネパネパネ兄弟 キャベツの味噌汁 パナナ ◎牛乳 せんべい ○牛乳 カルピス蒸しパン	豆腐の野菜あんかけ やわらかきゅうり キャベツの味噌汁 軟飯~全粥 ○パナナ	豆腐の野菜あんかけ とろとろきゅうり 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
30	水	はんぺんのチーズはさみ揚げ ドレッシングサラダ オニオンスープ オレンジ ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 ホットドック	煮魚 トマトと春雨のサラダ 野菜スープ 軟飯~全粥 ○オレンジ	煮魚 トマトと春雨の煮物 野菜スープ 豆腐汁 5倍粥	白身魚のペースト 玉ねぎと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
31	水	ハンバーグ 海藻サラダ 小松菜の中華スープ パイン ◎牛乳 オレンジ ○牛乳 クラッカー	豆腐ハンバーグ 大根の煮物 小松菜のスープ 軟飯~全粥 ○パン	豆腐ハンバーグ 大根の煮物 小松菜のスープ 5倍粥	豆腐のペースト 大根と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥

発達段階や離乳食の進み具合により、メニューを変更する場合があります。