

8月 離乳食献立予定

令和3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		
2	月	彩りそうめん チキンスティックのやわらか煮 ブロッコリーのおかか和え スイカ ◎牛乳 ほん菓子 ○牛乳 刻み海苔トースト	やわらかそうめん汁 鶏肉のやわらか煮 ブロッコリーと人参の煮物 おにぎり ○スイカ	そうめんのくたくた煮 鶏肉のやわらか煮 ブロッコリーと人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	人参と野菜のペースト ささみのペースト ブロッコリーのペースト 10倍粥
3	火	コロッケ キャベツサラダ きのこの中華スープ スイカ ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 甘せんべい	鶏肉と人参のおかか煮 キャベツの柔らか煮 鮭のすまし汁 軟飯~全粥 ○オレンジ	鶏肉と人参のおかか煮 キャベツの柔らか煮 鮭のすまし汁 5倍粥	じゃがいも、人参、玉ねぎのペースト キャベツとささみのペースト 野菜スープ 10倍粥
4	水	焼酎 きんぴらごぼう ただききゅうり 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	焼酎のほぐし 人参といんげんの煮物 ゆでブロッコリー ほうれん草のスープ 軟飯~全粥 ○パナナ	焼酎のほぐし 人参といんげんの煮物 柔らかブロッコリー 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 ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
5	木	豚肉のハンガリー風煮込み スパゲティー スティック野菜 もやしのコンソメスープ パイン ◎豆腐 おかき ○いちごムース	鶏肉とトマトの柔らか煮 柔らかかきゅうり 玉ねぎスープ 軟飯~全粥 ○パイン	鶏肉とトマトの柔らか煮 とろとろきゅうり 玉ねぎスープ 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
6	金	鶏マヨネーズ 小松菜の胡麻和え ポイルトマト 王様スープ スイカ ◎ヨーグルト ○牛乳 みかんゼリー	鶏肉のやわらか煮 小松菜の胡麻和え ポイルトマト モロヘイヤスープ 軟飯~全粥 ○スイカ	鶏肉のやわらか煮 柔らかブロッコリーと人参のおかか煮 モロヘイヤスープ 5倍粥	豆腐のペースト 青菜のペースト キャベツとささみのペースト 野菜スープ 10倍粥
7	土	◎牛乳 サブレ ○オレンジジュース あられ			
10	火	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 きゅうりと人参のツナ和え 軟飯~全粥 ○メロン	煮込みうどん 煮魚 小松菜と人参のツナ煮 5倍粥	白身魚のペースト 人参とキャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
11	水	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 ジャムフランス	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 小松菜のスープ ○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 小松菜のペースト 野菜スープ 10倍粥
12	木	焼き魚 きゅうりともやしのナムル 春雨の中華スープ ぶりかけ オレンジ ◎牛乳 クッキー ○ヨーグルト	赤魚の煮付け 人参グラッセ すりおろしきゅうり スパゲティスープ 軟飯~全粥 ○オレンジ	赤魚の煮付け 人参の柔らか煮 すりおろしきゅうり スパゲティスープ 5倍粥	白身魚のペースト 人参のペースト すりおろしきゅうり 野菜スープ 10倍粥
13	金	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 塩せんべい	しらすの旨煮 じゃが芋と人参のおかか煮 キャベツのコンソメスープ 軟飯~全粥 ○パナナ	しらすの旨煮 じゃが芋と人参のおかか煮 キャベツのコンソメスープ 5倍粥	白身魚のペースト じゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
14	土	◎牛乳 あられ ○りんごジュース クラッカー			
16	月	五目焼きそば きゅうりのゆかり和え わかめのすまし汁 スイカ ◎牛乳 レーズンパン ○牛乳 カナッパ	ささみとピーマンの旨煮 キャベツときゅうりの煮物 わかめのすまし汁 軟飯~全粥 ○スイカ	ささみとピーマンの旨煮 キャベツときゅうりの煮物 わかめのすまし汁 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
17	火	焼き魚 竹輪の酢の物 かぼちゃの味噌汁 パナナ ◎牛乳 米菓子 ○ヨーグルト	鮭の煮付け やわらかきゅうり かぼちゃの味噌汁 軟飯~全粥 ○パナナ	鮭の煮付け とろとろきゅうり かぼちゃの味噌汁 5倍粥	白身魚のペースト キャベツのペースト じゃがいものペースト 野菜スープ 10倍粥
18	水	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 コンソメスープ スイカ ◎軟卵ヨーグルト ○フルーツ盛り	鶏肉とピーマンと人参のリゾット 柔らかブロッコリーとキャベツの煮物 玉ねぎコンソメスープ ○スイカ	鶏肉とピーマンと人参のリゾット ブロッコリーとキャベツの柔らか煮 玉ねぎのコンソメスープ 5倍粥	白身魚のペースト ブロッコリー、人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
19	木	★夏野菜のキーマカレー ★ツナときゅうりのサラダ もやしのコンソメスープ メロン ◎牛乳 パナナ ○★カクテルポンチ	鶏肉と人参のうま煮 柔らかかきゅうり 軟飯~全粥 野菜スープ ○メロン	鶏肉と野菜の柔らか煮 とろとろきゅうり 豆腐のすまし汁 5倍粥	かぼちゃのペースト 豆腐のペースト 野菜スープ 10倍粥
20	金	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 ◎豆腐 ビスケット ○牛乳 サブレ	鶏肉団子の旨煮 きゅうりと人参とキャベツの煮物 わかめ汁 軟飯~全粥 ○グレープフルーツ	鶏肉団子の旨煮 わかめ汁 きゅうりと人参とキャベツの煮物 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
21	土	◎牛乳 クラッカー ○リンゴジュース せんべい			
23	月	冷やし中華 チーズサラダ いりこの佃煮 オレンジ ◎牛乳 カルシウムせんべい ○焼きドーナツ	煮込みうどん しらす粥 人参、いんげんの煮物 軟飯~全粥 ○オレンジ	煮込みうどん 人参、いんげんの煮物 しらす粥	白身魚のペースト 人参といんげんのペースト 野菜スープ 10倍粥
24	火	鮭の竜田揚げ 千草和え 煮豆 花巻のすまし汁 メロン ◎豆腐 パナナ ○グレープゼリー	鮭の煮付け ほうれん草と小松菜の胡麻和え 花巻のすまし汁 軟飯~全粥 ○メロン	鮭の煮付け ほうれん草と小松菜の柔らか煮 花巻のすまし汁 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
25	水	チンジャオロース風 かぼちゃの甘煮 小松菜の味噌汁 パナナ ◎牛乳 米菓子 ○おにぎり	ささみとピーマンと人参の炒め煮 かぼちゃの甘煮 玉ねぎの味噌汁 軟飯~全粥 ○パナナ	ささみとピーマンと人参の煮物 かぼちゃの甘煮 玉ねぎの味噌汁 5倍粥	ささみと人参のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ しらす粥
26	木	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 りんご ○牛乳 ホットドック	鮭の煮魚 トマトとマカロニのコンソメ煮 オニオンスープ ○オレンジ	鮭の煮魚 トマトとマカロニのコンソメ煮 オニオンスープ 5倍粥	白身魚のペースト 小松菜のペースト 玉ねぎと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
27	金	豚肉の生姜焼き かにかまの酢の物 オクラの味噌汁 パイン ◎牛乳 カルシウムせんべい ○ヨーグルト	鶏肉とオクラと人参の柔らか煮 ポイルキャベツ 豆腐の味噌汁 軟飯~全粥 ○パイン	鶏肉とオクラと人参の柔らか煮 やわらかキャベツ 豆腐スープ 5倍粥	ささみと野菜のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ 10倍粥
28	土				
30	月	五目そうめん なすとピーマンの味噌炒め お魚のりかけ グレープフルーツ ◎牛乳 チーズクラッカー ○プリン	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 ○グレープフルーツ	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	しらすと人参のペースト きゅうりのペースト 野菜スープ 10倍粥
31	火	冷やししゃぶしゃぶ ねばねば3兄弟 キャベツの味噌汁 パナナ ◎牛乳 ロールパン ○かき氷 お祭りせんべい	豆腐とツナの旨煮 やわらかきゅうり キャベツの味噌汁 軟飯~全粥 ○赤ちゃんせんべい	豆腐とツナの旨煮あんかけ とろとろきゅうり キャベツのスープ 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 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。