

2022年 8月 離乳食献立表

月齢	エネルギー
9~11ヶ月	325kcal

今年度 初めての食材	れんこん
---------------	------

日	曜	献立名	【中期】	材料名	献立名	【後期】	材料名	エネルギー(kcal)
1	月	午前食	鶏肉とほうれん草のお粥	米・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・人参・ケチャップ・砂糖・片栗粉	鶏肉とほうれん草のケチャップあんかけ	米・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・人参・ケチャップ・砂糖・片栗粉	341	
15		午後食	わかめと野菜の煮物	わかめ・人参・ホールコーン・玉ねぎ・砂糖・醤油	切干大根の刻みサラダ	切干大根・人参・わかめ・ホールコーン・玉ねぎ・オリーブ油・砂糖・醤油		
29		午後食			ヨーグルトケーキ	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・ヨーグルト・サラダ油		
2	火	午前食	パン粥	食パン	スティックパン	食パン	320	
16		午後食	たらとじゃが芋のトマト煮	たら・じゃが芋・玉ねぎ・人参・いんげん・トマト缶・ケチャップ	かじきのトマト煮	かじき・玉ねぎ・人参・しめじ・いんげん・トマト缶・ケチャップ		
30		午後食	すまし汁(キャベツ・人参)	キャベツ・人参・だし・塩・醤油・片栗粉	すまし汁(キャベツ・人参)	キャベツ・人参・だし・塩・醤油		
3	水	午前食	高野豆腐と野菜のお粥	米・高野豆腐・人参・グリーンピース・だし・砂糖・醤油	軟飯	米	359	
17		午後食	さつま芋マッシュ	さつま芋	大豆の煮物	大豆水煮・厚揚げ・れんこん・人参・グリーンピース・だし・砂糖・醤油		
		午後食	みそ汁(玉ねぎ・いんげん)	玉ねぎ・いんげん・だし・味噌・片栗粉	さつま芋スティック	さつま芋・砂糖		
4	木	午前食	やわらか刻みうどん	うどん・鶏肉・キャベツ・人参・ごま・だし・塩・醤油	刻み焼きうどん	うどん・鶏肉・キャベツ・人参・ごま・塩・醤油・サラダ油	310	
18		午後食	野菜のケチャップ煮	玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ・砂糖	野菜のケチャップ炒め	玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ・砂糖・サラダ油		
		午後食			わかめスープ	わかめ・塩・醤油		
5	金	午前食	鶏肉とトマトのお粥	米・鶏肉・トマト・玉ねぎ・人参・だし・醤油	豚トマト丼(軟飯)	米・豚肉・トマト・玉ねぎ・人参・だし・醤油・砂糖	334	
19		午後食	きゅうりの煮物	きゅうり・塩	きゅうりの刻み和え	きゅうり・塩・醤油		
		午後食	みそ汁(大根)	大根・だし・味噌・片栗粉	みそ汁(大根・えのき)	大根・えのき・だし・味噌		
6	土	午前食	高野豆腐のお粥	高野豆腐・鶏肉・人参・ホールコーン・グリーンピース・醤油	高野豆腐と鶏肉のそぼろあんかけ	米・高野豆腐・鶏肉・人参・ホールコーン・グリーンピース・醤油	312	
20		午後食	ほうれん草のごま煮	ほうれん草・人参・ごま・砂糖・醤油	ほうれん草のごま和え	ほうれん草・人参・ごま・砂糖・醤油		
		午後食	みそ汁(わかめ)	わかめ・だし・味噌・片栗粉	みそ汁(えのき・わかめ)	えのき・わかめ・だし・味噌		
		午後食			赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい		

※毎回、献立と材料を確認の上、園で初めて食べることが無いようお願いします。

※1種類の食材を3回以上食べてから保育園で提供できるようになります。

※1日2食食べたから中期から、1日3食食べたから後期食、お家で補食が始まったら午後食の提供が保育園で可能となります。

※行事や材料などの都合により変更することがございますのでご了承ください。

※だしにはかつお節と昆布を使っています。

※後期の材料に入っている牛乳は料理用であり、飲用ではありません。

日	曜	献立名		【中期】	材料名	献立名		【後期】	材料名	エネルギー (kcal)
		午前食	午後食			午前食	午後食			
8	月	お粥		米		軟飯/バナナ		米/バナナ		335
22		午前食	高野豆腐と野菜の煮物	高野豆腐・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・醤油		厚揚げの炒め煮		厚揚げ・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン・しいたけ・サラダ油・醤油		
		午後食	すまし汁(コーン)	ホールコーン	ホールコーン・だし・塩・醤油・片栗粉		小松菜の刻みツナサラダ		小松菜・人参・ツナ缶・砂糖・醤油	
9	火	午前食	鶏肉と野菜の刻みうどん	うどん・鶏肉・キャベツ・人参・だし・塩・醤油		刻みうどん		うどん・鶏肉・キャベツ・もやし・人参・だし・塩・醤油		245
23		午後食	ゆでコーン	ホールコーン		春雨の刻みサラダ		春雨・きゅうり・人参・ごま・醤油		
		午後食					とうもろこし		とうもろこし	
10	水	午前食	たらと野菜のお粥	米・たら・ほうれん草・人参・塩・醤油		刻み枝豆		枝豆		363
24		午後食	みそ汁(なす)	なす・だし・味噌・片栗粉		赤ちゃんせんべい		赤ちゃんせんべい		
		午後食					スティックバナナ		バナナ	
25	木	午前食	人参粥	米・人参		ピスケット		ピスケット		363
		午後食	豆腐とひじきの味噌煮	豆腐・ひじき・玉ねぎ・人参・ホールコーン・味噌・砂糖		豚肉入り軟飯		米・豚肉・人参・しいたけ・砂糖・醤油		
		午後食	すまし汁(麩)	麩・だし・塩・醤油・片栗粉		玉ねぎのかき揚げ		ホールコーン・玉ねぎ・小麦粉・片栗粉・サラダ油		
12	金	午前食	パン粥	食パン		ひじきの白和え(刻み)		ひじき・豆腐・枝豆・人参・ごま・味噌・砂糖		333
26		午後食	鶏肉と野菜の煮物	鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・ブロッコリー・砂糖・醤油		すまし汁(のり・麩)		焼きのり・麩・だし・塩・醤油		
		午後食	すまし汁(じゃが芋・人参)	じゃが芋・人参・だし・塩・醤油・片栗粉		ソフトクッキー		小麦粉・砂糖・サラダ油		
13	土	午前食	鶏肉と野菜のみそ粥	米・鶏肉・ピーマン・人参・味噌・砂糖・醤油		スティックパン		食パン		361
27		午後食	ブロッコリーの煮物	ブロッコリー・ホールコーン・砂糖・醤油		鶏肉と野菜の煮物		鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・サラダ油・砂糖・醤油		
		午後食	すまし汁(ほうれん草・人参)	ほうれん草・人参・だし・塩・醤油・片栗粉		蒸しかぼちゃ		かぼちゃ		
誕生日	水	午前食	鶏肉と野菜のお粥	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・塩・青のり		すまし汁(じゃが芋・人参)		じゃが芋・人参・だし・塩・醤油		341
31		午後食	野菜の煮物	キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・人参・砂糖・醤油		焼きとうもろこしご飯(軟飯)		米・とうもろこし・醤油		
		午後食	すまし汁(小松菜・コーン)	小松菜・ホールコーン・だし・塩・醤油・片栗粉		軟飯		米		
		午後食				春雨と豚肉の味噌炒め		春雨・豚肉・ピーマン・人参・サラダ油・味噌・砂糖・醤油		
		午後食				ブロッコリーのサラダ		ブロッコリー・ホールコーン・砂糖・醤油・サラダ油		
		午後食				すまし汁(ほうれん草・人参)		ほうれん草・人参・だし・塩・醤油		
		午後食				赤ちゃんせんべい		赤ちゃんせんべい		
		午後食				鶏肉入り軟飯		米・鶏肉・玉ねぎ・人参・塩・オリーブ油		
		午後食				鶏肉の磯焼き		鶏肉・サラダ油・塩・青のり		
		午後食				刻みサラダ		キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・人参・砂糖・醤油・オリーブ油		
		午後食				すまし汁(小松菜・コーン)		小松菜・ホールコーン・だし・塩・醤油		
		午後食				ホットケーキ		小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油		