

2023年 8月 離乳食献立表			給与栄養目標量		今年度 初めての食材	無し	
			月齢	エネルギー			
			9~11ヶ月	325kcal			
日	曜	午前食 午後食	献立名	【中期】 材料名	献立名	【後期】 材料名	エネルギー (kcal)
14	28	午前食	高野豆腐と野菜のケチャップ粥	米・高野豆腐・人参・玉ねぎ・トマト缶・ケチャップ	豚肉のケチャップ軟飯	米・豚肉・高野豆腐・人参・玉ねぎ・トマト缶・ケチャップ・サラダ油・片栗粉	334
			キャベツときゅうりの煮物	キャベツ・きゅうり・人参・塩・砂糖	コールスローサラダ(刻み)	キャベツ・きゅうり・人参・オリーブ油・塩・砂糖	
		すまし汁(オクラ・玉ねぎ)	オクラ・玉ねぎ・だし・塩・醤油・片栗粉	すまし汁(オクラ・玉ねぎ)	オクラ・玉ねぎ・だし・塩・醤油		
		昼食			チーズとコーンの蒸しパン	米粉・ベーキングパウダー・砂糖・チーズ・ホールコーン・塩	
1	15	午前食	パン粥	食パン	スティックパン	食パン	297
			鶏肉のトマト煮	鶏肉・玉ねぎ・人参・さやいんげん・ホールコーン・トマト缶・砂糖・醤油	鶏肉と玉ねぎの刻み煮	鶏肉・玉ねぎ・醤油・砂糖・サラダ油	
		すまし汁(わかめ)	わかめ・だし・塩・醤油・片栗粉	切干大根のトマト煮(刻み)	切干大根・人参・さやいんげん・ホールコーン・トマト缶・砂糖・醤油		
29		午後食			すまし汁(もやし・わかめ)	もやし・わかめ・だし・塩・醤油	
					スティックポテト	じゃが芋・サラダ油・塩	
					赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	
2	16	午前食	たらと野菜のお粥	米・たら・大根・キャベツ・人参・砂糖・醤油	軟飯	米	334
			みそ汁(玉ねぎ・人参)	玉ねぎ・人参・味噌・だし・片栗粉	たらのおろし煮	たら・大根・だし・砂糖・醤油・片栗粉	
			午後食			キャベツとツナのごま和え	
					みそ汁(玉ねぎ・人参)	玉ねぎ・人参・味噌・だし	
					プレーンヨーグルト	ヨーグルト・砂糖	
					コーンフレーク	コーンフレーク	
3	17	午前食	鶏肉と野菜の煮込みうどん	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・なす・トマト缶・ケチャップ・醤油・砂糖	ミートソーススパゲティ(刻み)	スパゲティ・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・なす・トマト缶・ケチャップ・片栗粉・塩	341
			マッシュポテトサラダ	じゃが芋・玉ねぎ・人参・きゅうり・砂糖・塩	ポテトサラダ	じゃが芋・玉ねぎ・人参・きゅうり・砂糖・塩	
		すまし汁(ほうれん草・コーン)	ほうれん草・コーン・だし・塩・醤油・片栗粉	すまし汁(ほうれん草・コーン)	ほうれん草・ホールコーン・だし・塩・醤油		
31		午後食			オレンジ	オレンジ	
					ひじき軟飯	米・ひじき・人参・グリーンピース・醤油	
4	18	午前食	豆腐のあんかけ粥	米・豆腐・鶏肉・人参・玉ねぎ・砂糖・味噌・醤油・片栗粉	豆腐のあんかけ丼	米・豆腐・鶏肉・人参・玉ねぎ・砂糖・味噌・醤油・サラダ油・片栗粉	334
			刻みとうもろこし	とうもろこし	小松菜ともやしの炒め(刻み)	小松菜・もやし・砂糖・醤油・サラダ油	
		すまし汁(人参)	人参・だし・塩・醤油・片栗粉	刻みとうもろこし	とうもろこし		
		午後食			すまし汁(人参)	人参・だし・塩・醤油	
					スティックスコーン	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油・牛乳	
5	19	午前食	鶏肉と野菜のお粥	米・鶏肉・玉ねぎ・人参・トマト・だし・砂糖・醤油	豚トマトあんかけ丼	豚肉・米・玉ねぎ・人参・トマト・だし・砂糖・醤油・片栗粉	345
			さつま芋マッシュ	さつま芋・砂糖	さつま芋の甘煮	さつま芋・砂糖	
		みそ汁(ほうれん草・人参)	ほうれん草・人参・味噌・だし・片栗粉	みそ汁(ほうれん草・人参)	ほうれん草・人参・味噌・だし		
		午後食			赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	
					ビスケット	ビスケット	

※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食食べたなら中期から、1日3食食べてから後期食、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	午前食 午後食	献立名	【中期】	材料名	献立名	【後期】	材料名	エネルギー (kcal)
7	月	午前食	鶏と野菜の煮込みうどん	うどん・鶏肉・キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・醤油・だし	鶏と野菜の煮込みうどん	うどん・鶏肉・キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・醤油・だし・ごま	291		
21			すまし汁(わかめ)	わかめ・だし・塩・醤油・片栗粉	野菜のケチャップ炒め すまし汁(わかめ・しめじ)	玉ねぎ・ピーマン・ケチャップ・砂糖・サラダ油 わかめ・しめじ・だし・塩・醤油			
		午後食				糖蜜ゼリー ビスケット		砂糖・ゼラチン・寒天 ビスケット	
8	火	午前食	お粥	米	軟飯 / パナナ	米 / パナナ	314		
22			たらとじゃが芋の煮物	たら・じゃが芋・玉ねぎ・ピーマン・醤油	鮭とじゃが芋の炒め煮 れんこんの金平	鮭・じゃが芋・玉ねぎ・ピーマン・サラダ油・醤油 れんこん・人参・砂糖・醤油			
			みそ汁(なす)	なす・味噌・だし・片栗粉	みそ汁(なす)	なす・味噌・だし			
	午後食				スティックパン	食パン			
9	水	午前食	彩りパン粥	食パン・キャベツ・きゅうり・玉ねぎ	スティックパン / すいか	食パン / すいか	333		
23			ミルクスープ	鶏肉・人参・玉ねぎ・ホールコーン・グリーンピース・砂糖・塩・粉ミルク・片栗粉	厚揚げのミルクスープ 刻みサラダ	厚揚げ・鶏肉・牛乳・人参・玉ねぎ・ホールコーン・しめじ・グリーンピース・砂糖・塩・片栗粉 キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・塩			
		午後食				おかか軟飯		米・かつお節・砂糖・醤油	
10	木	午前食	玉ねぎとコーンのお粥	米・玉ねぎ・ホールコーン・塩	豚肉入り甘辛軟飯	米・豚肉・人参・しいたけ・砂糖・醤油・塩	307		
24			豆腐とひじきの煮物	豆腐・ひじき・オクラ・砂糖・醤油	玉ねぎとコーンのかき揚げ 豆腐とひじきのサラダ	米粉・片栗粉・玉ねぎ・ホールコーン・枝豆・塩・サラダ油 豆腐・鶏肉・ひじき・オクラ・砂糖・醤油・ごま			
			すまし汁(わかめ)	わかめ・だし・塩・醤油・片栗粉	すまし汁(えのき)	えのき・だし・塩・醤油			
	午後食				赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい			
25	金	午前食	きゅうりのお粥	米・きゅうり・砂糖・醤油	軟飯	米	344		
	鶏肉とじゃが芋の煮物		鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・さやいんげん・砂糖・醤油・だし	鶏じゃが きゅうりの煮物	鶏肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・さやいんげん・砂糖・醤油・だし きゅうり・砂糖・醤油				
	みそ汁(大根)		大根・味噌・だし・片栗粉	みそ汁(大根・油揚げ)	大根・油揚げ・味噌・だし				
	午後食				赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい			
12	土	午前食	鶏塩うどん	うどん・鶏肉・わかめ・ホールコーン・だし・塩・醤油	鶏塩うどん	うどん・鶏肉・わかめ・ホールコーン・だし・塩・醤油	315		
26			ほうれん草の煮物	ほうれん草・人参・砂糖・醤油	ほうれん草の和え物 バナナ	ほうれん草・人参・砂糖・醤油 バナナ			
		午後食				赤ちゃんせんべい ビスケット		赤ちゃんせんべい ビスケット	
誕生日	水	午前食	鶏と夏野菜のお粥	米・鶏肉・人参・なす・ピーマン・玉ねぎ・トマト缶・ケチャップ	キャロット軟飯 鶏と夏野菜の煮物	米・人参・塩・青のり 鶏肉・なす・ピーマン・玉ねぎ・トマト缶・ケチャップ・塩・醤油	343		
30			すまし汁(ブロッコリー・玉ねぎ)	ブロッコリー・玉ねぎ・だし・塩・醤油・片栗粉	春雨サラダ(レモン風味) すまし汁(ブロッコリー・玉ねぎ)	春雨・きゅうり・人参・ホールコーン・レモン果汁・塩・醤油・オリーブ油 ブロッコリー・玉ねぎ・だし・塩・醤油			
		午後食				かぼちゃのホットケーキ		米粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油・生乳・かぼちゃ	

三	上段長			カハラヤのハシラ	木切 - ハシラ - ハシラ - 杉板 - シラヤ油 - 干批 - カハラヤ	
---	-----	--	--	----------	--	--