



2020年度 8月 離乳食予定献立表



7ヶ月頃から、こどもたちの姿に合わせて、朝のおやつ(ハイハイ1枚程度とお茶)があります。

*おやつには、牛乳と、季節の果物がつきます。

献立 (1歳以上)	7~8ヶ月頃	9~11ヶ月頃	12~18か月(移行食)
	みじん切り→あらみじん	あらみじん、サイコロ状	咀嚼力に合わせて
月 (10 24)	ごはん パプリカと鶏肉の甘辛炒め (しょうゆ、みりん) 大根ときゅうりの梅和え (だし、しょうゆ) おみそ汁 (にぼし、みそ)	全粥 鶏肉とパプリカの煮物 大根と人参の煮物 じゃがいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁(昆布、みそ)	ごはん パプリカと鶏肉の甘辛炒め 大根と人参の煮物 じゃがいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁(にぼし、みそ)
火 (11 25)	とうもろこしのかき揚げ (塩) オクラと長芋のさっぱり和え (ポン酢) すまし汁 (かつお昆布、淡口、塩、酒)	軟飯 ささみとたまねぎの煮物 長芋の煮物 小松菜のおひたし 野菜スティック すまし汁(昆布)	ごはん ささみとたまねぎの煮物/かきあげ 長芋の煮物 小松菜のおひたし 野菜スティック すまし汁(かつお昆布)
水 (12)	冷麺 (しょうゆ、コンソメ、酢、)	全粥 鶏団子と冬瓜の煮物 かぼちゃの煮物 もやしのおひたし にんじんマッシュ 野菜スティック 野菜スープ	野菜あんかけ麺 (もやし、にんじん、トマト) かぼちゃの煮物 もやしのおひたし 冬瓜と鶏肉の煮物 野菜スティック 野菜スープ
木 (27)	ごはん 魚の塩焼き (塩) なすといんげんの胡麻和え (だし、しょうゆ) おみそ汁 (にぼし、みそ)	軟飯 魚の煮物 なすといんげんの煮物 じゃがいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁(昆布、みそ)	ごはん 魚の塩焼き なすといんげんの和え物 じゃがいもの含め煮 野菜スティック おみそ汁(にぼし、みそ)
金 (28)	フランスパン 夏野菜のミネストローネ (コンソメ、塩) ズッキーニとベーコン のソテー(塩) 梅じゃこおにぎり	全粥 豆腐のトマトあんかけ レタスとズッキーニの煮物 さつまいもの煮物 野菜スティック 野菜スープ(昆布)	軟飯/フランスパン 夏野菜のミネストローネ (豚肉、トマト、たまねぎ、なす、 オクラ、レタス、トマト缶) さつまいもの煮物 野菜スティック
土 (1 15 29)	豚肉と茄子のみそ炒め丼 (しょうゆ、みりん、酒) すまし汁 (かつお昆布、塩、淡口、酒)	全粥 ささみとなすの煮物 かぼちゃの煮物 小松菜のおひたし すまし汁(昆布) 野菜スティック	豚肉と茄子のみそ炒め丼 かぼちゃの煮物 小松菜のおひたし 野菜スティック すまし汁(かつお昆布)

<平和のつどいメニュー>

木 (6)	ごはん 高野豆腐の煮物 (だし、しょうゆ、みりん、酒) おみそ汁 (にぼし、みそ)	全粥 ささみと高野豆腐の煮物 さつまいもの煮物 小松菜のおひたし 野菜スティック おみそ汁(昆布、みそ)	軟飯 ささみと高野豆腐の煮物 さつまいもの煮物 小松菜のおひたし 野菜スティック おみそ汁(にぼし、みそ)
	干し芋	なし	干し芋

献立 (1歳以上)	7~8ヶ月頃	9~11ヶ月頃	12~18か月(移行食)
	みじん切り→あらみじん	あらみじん、サイコロ状	咀嚼力に合わせて
月 (3 17 31)	ごはん ゴーヤーチャンプルー (しょうゆ、みりん、酒) おみそ汁 (にぼし、みそ)	全粥 ささみとたまねぎの炒め煮 (もやし、にんじん、たまねぎ) かぼちゃの煮物 野菜スティック おみそ汁(昆布、みそ)	ごはん ゴーヤーチャンプルー (豚肉、もやし、たまねぎ、にんじん とうもろこし、ゴーヤー) かぼちゃの煮物 野菜スティック おみそ汁(にぼし、みそ)
火 (4 18)	小倉春巻き 魚のから揚げ (しょうゆ、みりん) きゅうりとトマトのマリネ (酢、塩) おみそ汁 (コンソメ、塩)	なし	小倉ホットケーキ (小豆、小麦粉、牛乳、砂糖、BP)
水 (5 19)	ヨーグルトととうもろこし マーボーなす丼 (赤みそ、しょうゆ、みりん) チンゲン菜のスープ (とりがら、塩、酒)	なし	ヨーグルト 市販菓子
木 (20)	じゃこマヨトースト (マヨドレ)	なし	トースト
木 (20)	ごはん 鶏肉の梅照り焼き (しょうゆ、みりん) 切干大根のサラダ (マヨドレ、酢、塩) おみそ汁 (にぼし、みそ)	全粥 鶏肉の照り煮 切干大根の煮物 じゃがいもの煮物 野菜スティック おみそ汁(昆布、みそ)	ごはん 鶏肉の梅照り焼き 切干大根の煮物 じゃがいもの煮物 野菜スティック おみそ汁(にぼし、みそ)
金 (7 21)	煮干しごまチップ (しょうゆ、みりん)	なし	市販菓子
金 (7 21)	枝豆ごはん 鶏手羽元のインドネシア風 (酢、しょうゆ) 春雨サラダ (酢、塩、しょうゆ) おみそ汁	全粥 鶏肉の煮物 かぼちゃの煮物 キャベツのおひたし 野菜スティック おみそ汁(昆布、みそ)	軟飯 手羽中の煮物 かぼちゃの煮物 キャベツのおひたし 野菜スティック おみそ汁(昆布、みそ)
土 (8 22)	フルーツゼリー ナポリタン (ケチャップ、塩、コンソメ) 夏野菜スープ (コンソメ、塩)	なし	市販菓子

<誕生会メニュー>

水 (26)	お楽しみおにぎり 豚肉の中華炒め (しょうゆ、とりがら、塩、酒) チンゲン菜のナムル(酢、塩) ささみの中華スープ	全粥 ささみの炒め物 (たまねぎ、もやし) チンゲン菜のおひたし かぼちゃの煮物 野菜スープ(昆布)	*おやつには、牛乳と旬の果物がつきます。 ごはん 豚肉の中華炒め (たまねぎ、もやし、にら) チンゲン菜のおひたし かぼちゃの煮物 野菜スティック 野菜スープ
	ずいかのホットケーキ (B.P)	なし	ホットケーキ (小麦粉、豆乳、サラダ油、砂糖、BP)

