


# 8月 幼児食献立表

日曜日	昼食	食材	フルーツ	おやつ	日曜日	昼食	食材	フルーツ	おやつ			
1 土	豆腐そぼろ丼 小松菜の和え物 じゃが芋のみそ汁	白米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 木綿豆腐 なら 小松菜 ツナ缶 コーン 野菜ドレ じゃが芋 玉ねぎ ねぎ ごま	オレンジ	お楽しみおやつ	18 火	あわご飯 さばのおろし煮 麩チャンプルー へちまのみそ汁	白米 あわ さば 大根 ねぎ キャベツ もやし からし菜 麩 卵 ツナ缶 へちま 豚肉 木綿豆腐 ねぎ みそ	オレンジ	大学芋 牛乳 きつま芋 ごま 砂糖 油			
3 月	もずく丼ぶり マカロニサラダ アーサ汁	白米 もずく 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ビーマン コーン マカロニ 胡瓜 みかん缶 マヨネーズ アーサ えのき茸	バナナ	人参クッキー 牛乳 バター 砂糖 卵 小麦粉 人参 ベーキングパウダー	19 水	冷やしソーメン オクラとトマトの和え物 鶏かきあげ	ソーメン 卵 ねぎ オクラ トマト ツナ缶 コーン 野菜ドレ 鶏肉 切干大根 人参 水菜 卵 小麦粉	スイカ	鮭チーズおにぎり 胡瓜スティック 白米 鮭 チーズ			
4 火	タコライス 南瓜の煮物 もずくスープ	白米 合挽き 玉ねぎ 人参 ビーマン レタス トマト チーズ 南瓜 もずく ねぎ	りんご	ちんびん 牛乳 小麦粉 砂糖 黒糖 ベーキングパウダー 油	20 木	玄米ご飯 魚の天ぷら パパイヤイリチー みそ汁	白米 玄米 白身魚 卵 小麦粉 ブロッコリー パパイヤ 人参 ツナ缶 厚揚げ なら 玉ねぎ わかめ ねぎ	パイナップル	アイスクリーム 鉄分ウエハース			
5 水	麦ご飯 鮭のオーロラソース焼き クービイリチー キャベツのみそ汁	白米 押し麦 鮭 マヨネーズ ブロッコリー コーン 刻み昆布 切干大根 人参 豚肉 なら こんにゃく キャベツ 油揚げ ねぎ みそ	オレンジ	チョコチップ蒸しパン 牛乳 ホットケーキミックス 卵 砂糖 ココア 油 チョコチップ 牛乳	21 金	ご飯 ギーマカレー 胡瓜の和え物 コンソメスープ	白米 豚ミンチ 玉ねぎ ビーマン 赤ピーマン じゃが芋 りんご きゅうり ワカメ シラス 和風ドレ 玉ねぎ 人参 ねぎ	オレンジ	アメリカンドック 牛乳 ホットケーキミックス 卵 牛乳 ウインナー 油			
6 木	レバー入ミートスパゲティ フレンチサラダ 卵スープ	スパゲティ 合挽き 豚レバー 玉ねぎ ビーマン 人参 トマトホール レタス 人参 りんご コーン 卵 玉ねぎ	バナナ	しらすおにぎり 枝豆 白米 しらす 天かす 白ごま めんつゆ ごま油	22 土	焼きそば 小松菜の和え物 じゃが芋のみそ汁	中華麺 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン もやし 青のり 小松菜 人参 ちくわ 野菜ドレ じゃが芋 玉ねぎ ねぎ みそ	バナナ	お楽しみおやつ			
7 金	ご飯 サバの竜田揚げ 人参いり豆腐 冬瓜のみそ汁	白米 サバ トマト 人参 玉ねぎ 鶏ミンチ なら 木綿豆腐 冬瓜 しめじ ねぎ みそ	りんご	ヒラヤーチー 牛乳 小麦粉 ねぎ 卵 ツナ缶 油 ソース	24 月	ビビンバ丼 南瓜サラダ ワカメのみそ汁	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし なら ごま 南瓜 卵 チーズ レーズン マヨネーズ ワカメ 玉ねぎ ねぎ みそ	パイナップル	黒糖バナナケーキ 牛乳 バター 黒糖 卵 小麦粉 バナナ ベーキングパウダー パースディケーキ 野菜ジュース			
8 土	じゅーしー 春雨サラダ 鶏汁	白米 ツナ缶 人参 ひじき なら 春雨 胡瓜 ハム 鶏肉 大根 人参 こんにゃく ねぎ	オレンジ	お楽しみおやつ	25 火	五穀米ご飯 秋刀魚の蒲焼 もやしの和え物 なめこ汁	白米 五穀米 秋刀魚 トマト もやし 人参 胡瓜 ちくわ なめこ 絹豆腐 ねぎ みそ	オレンジ				
11 火	お弁当会				26 水	三枚肉そば かみかみあえ 金時豆の甘煮	三枚肉 沖繩そば かまぼこ ねぎ キャベツ 人参 胡瓜 ごま サキイカ 金時豆 黒糖 砂糖	りんご	いなり寿司 お茶 白米 椎茸 人参 いなりあげ			
12 水	大根チキンカレー キャベツサラダ わかめスープ	白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 大根 グリンピース キャベツ ツナ缶 かいわれ 玉ねぎ 人参 マヨネーズ わかめ えのき茸	バナナ	セサミケーキ 牛乳 バター 砂糖 卵 小麦粉 片栗粉 ごま ベーキングパウダー	27 木	納豆ご飯 マーボー冬瓜 ポテトフライ ワカメスープ	白米 納豆 冬瓜 ビーマン 人参 豚ミンチ みそ フライドポテト トマト ワカメ 白菜 ねぎ	スイカ	マシュマロおこし 牛乳 マシュマロ オートミール コーンフレーク バター きなこ			
13 木	ふりかけご飯 照り焼きチキン ゴーヤーチャンプルー 冬瓜のみそ汁	白米 ふりかけ 鶏肉 トマト ゴーヤー 玉ねぎ 人参 ポーク缶 木綿豆腐 卵 冬瓜 しめじ ねぎ みそ	オレンジ	南瓜サーターアンドギー 牛乳 卵 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー 油 南瓜	28 金	ご飯 ハンバーグ ゴーヤーの甘酢あえ ゆし豆腐	白米 合挽き 玉ねぎ 人参 ピーン 卵 パン粉 ゴーヤー 人参 バイン缶 ゆし豆腐 ねぎ	オレンジ	ヨーグルトパフェ ビスケット ヨーグルト みかん缶 バイン缶			
14 金	さつま芋ご飯 魚のキャロット焼き ひじき炒め ゆし豆腐	白米 さつま芋 白身魚 人参 マヨネーズ オクラ ひじき 人参 豚肉 しらたき 大豆 なら ゆし豆腐 ねぎ	りんご	オートミールクッキー 牛乳 オートミール 卵 バター 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	29 土	生姜焼き丼 スパゲティ 大根のみそ汁	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 ビーマン スパゲティ 胡瓜 みかん缶 コーン マヨネーズ 大根 人参 ねぎ みそ	バナナ	お楽しみおやつ			
15 土	チャーハン わかめの和え物 水餃子スープ	白米 ベーコン 玉ねぎ 人参 からし菜 卵 わかめ 胡瓜 ツナ缶 和風ドレ 水餃子 白菜 椎茸	バナナ	保育士勉強会 午後1時までの 保育	31 月	パン ミネストローネ 魚フライ ブロッコリーサラダ	パン じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン トマト 白身魚 卵 小麦粉 パン粉 油 ブロッコリー コーン 人参 野菜ドレ	りんご	油みそおにぎり 小魚 白米 みそ ツナ缶			
17 月	ご飯 ユーリンチー 人参とほうれん草のナムル ワカメスープ	白米 鶏肉 長ネギ 人参 ほうれん草 ごま ワカメ 玉ねぎ ねぎ	ヨーグルトあえ	パインケーキ 牛乳 バター 砂糖 卵 牛乳 パイン ホットケーキミックス						※ 10日は山の日でお休みです。 ※ 食材の都合により献立を変更することがあります。 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。		

# 8月 離乳食 献立表

令和2年

つぼみっ子保育園

日曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	おやつ (3回食より開始)	日曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	おやつ (3回食より開始)	
1 土	初期	つぶし粥 南瓜ペースト 小松菜人参和え物マッシュ ジャが芋スープ 果汁	お楽しみおやつ 	18 火	初期	つぶし粥 魚のすり流し 野菜ペースト 豆腐のすり流し汁 果汁		
	中期	全粥 ささみと豆腐のつぶし煮 小松菜のつぶしあえ ジャが芋のみそ汁 果物			中期	全粥 魚のつぶし煮 野菜のつぶし煮 豆腐のみそ汁 果物	さつま芋ウムニー	
	後期	軟飯 ささみと豆腐の煮物 小松菜の和え物 ジャが芋のみそ汁 果物			後期	軟飯 魚のおろし煮 野菜の柔らか煮 豆腐のみそ汁 果物	さつま芋ウムニー	
3 月	初期	つぶし粥 野菜ペースト ジャが芋マッシュ オニオンスープ 果樹		19 水	初期	つぶし粥 魚のすり流し トマトペースト すましスープ 果汁		
	中期	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ 果物	にゅうめん		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしトマトサラダ ソーメン汁 果物	鮭おじや	
	後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ 果物	にゅうめん		後期	軟飯 魚の野菜煮 トマトサラダ ソーメン汁 果物	鮭おにぎり	
4 火	初期	つぶし粥 豆腐のすり流し 南瓜ペースト トマトスープ 果汁		20 木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐のすり流し オニオンスープ 果汁		
	中期	全粥 豆腐のつぶし煮 南瓜マッシュ トマトスープ 果物	ふかし芋		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶし豆腐 みそ汁 果物	ヨーグルトあえ	
	後期	軟飯 豆腐のくず煮 南瓜の煮物 トマトスープ 果物	ふかし芋		後期	軟飯 魚の野菜煮 いら豆腐 果物 みそ汁	ヨーグルトあえ ビスケット	
5 水	初期	つぶし粥 白身魚のすり流し 人参ペースト キャベツスープ 果汁		21 金	初期	つぶし粥 野菜ペースト ポテトサラダマッシュ ミルクスープ 果汁		
	中期	全粥 白身魚の野菜つぶし煮 切干大根のつぶし煮 キャベツのみそ汁 果物	バナナ		中期	全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 つぶしポテトサラダ ミルクスープ 果物	にゅうめん	
	後期	軟飯 白身魚の野菜煮 切干大根柔らか煮 キャベツのみそ汁 果物	バナナパンケーキ		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 ポテトサラダ ミルクスープ 果物	にゅうめん	
6 木	初期	つぶし粥 野菜ペースト サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁		22 土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 小松菜あえマッシュ ジャが芋スープ 果汁	お楽しみおやつ 	
	中期	全粥 レバーとトマトのつぶし煮 つぶしサラダ 豆腐のすまし汁 果物	おじや		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 小松菜つぶし和え ジャが芋のみそ汁 果物		
	後期	軟飯 レバーのトマト煮 サラダ 豆腐のすまし汁 果物	おじや		後期	軟飯 鶏肉の煮物 小松菜の和え物 ジャが芋のみそ汁 果物		
7 金	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 人参ペースト 冬瓜スープ 果汁		24 月	初期	つぶし粥 豆腐のすり流し 南瓜サラダマッシュ オニオンスープ 果汁		
	中期	全粥 魚のトマトつぶし煮 人参と豆腐のつぶし煮 冬瓜のみそ汁 果物	煮込みうどん		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 南瓜つぶしサラダ みそ汁 果物	バナナ	
	後期	軟飯 魚のトマト煮 人参いり豆腐 冬瓜のみそ汁 果物	煮込みうどん		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜サラダ みそ汁 果物	バナナパンケーキ	
8 土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 野菜スープ 果汁	お楽しみおやつ 	25 火	初期	つぶし粥 魚のすり流し 胡瓜のおろしあえ 豆腐のすり流し汁 果汁		
	中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ 鶏汁 果物			中期	全粥 魚のつぶし煮 胡瓜のおろしあえ 豆腐のみそ汁 果物	ヨーグルトあえ	
	後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ 鶏汁 果物			後期	軟飯 魚の煮つけ 胡瓜の和え物 豆腐のみそ汁 果物	フルーツパンケーキ	
11 火	初期	 お弁当会 		26 水	初期	つぶし粥 野菜ペースト 和え物マッシュ オニオンスープ 果汁		
	中期				中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 つぶし和え物 オニオンスープ 果物	ジューシー	
	後期				後期	軟飯 鶏肉の煮物 和え物 オニオンスープ 果物	ジューシー	
12 水	初期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツあえマッシュ 大根スープ 果汁		27 木	初期	つぶし粥 冬瓜の煮物マッシュ トマトペースト 白菜スープ 果汁		
	中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮 つぶしキャベツサラダ 大根スープ 果物	じゃが芋ペースト		中期	納豆全粥 冬瓜のつぶし煮 つぶしトマトサラダ 白菜スープ 果物	ふかし芋	
	後期	軟飯 ささみと野菜の煮物 キャベツサラダ 大根スープ 果物	じゃが芋おやき		後期	納豆軟飯 冬瓜の煮物 トマトサラダ 白菜スープ 果物	ふかし芋	
13 木	初期	つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 冬瓜スープ 果汁		28 金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ すましスープ 果汁		
	中期	全粥 鶏肉のトマトつぶし煮 人参と豆腐のつぶし煮 冬瓜のみそ汁 果物	南瓜マッシュ		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ ゆし豆腐 果物	ヨーグルトあえ	
	後期	軟飯 鶏肉のトマト煮 人参いり豆腐 冬瓜のみそ汁 果物	南瓜おやき		後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ ゆし豆腐 果物	ヨーグルトあえ	
14 金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参ペースト すましスープ 果汁		29 土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 大根スープ 果汁	お楽しみおやつ 	
	中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐 果物	さつま芋粥		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 胡瓜のおろしあえ 大根のみそ汁 果物		
	後期	軟飯 魚の野菜煮 人参炒め煮 ゆし豆腐 果物	さつま芋粥		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 胡瓜の和え物 大根のみそ汁 果物		
15 土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 和え物マッシュ 白菜スープ 果汁		31 月	初期	つぶし粥 魚のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ 野菜スープ 果汁		
	中期	全粥 鶏肉と野菜の煮物 おろしあえ 白菜スープ 果物			中期	全粥 魚のつぶし煮 つぶしブロッコリーサラダ ミネストローネ 果物	おじや	
	後期	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 和え物 白菜スープ 果物			後期	軟飯 魚の煮つけ ブロッコリーサラダ ミネストローネ 果物	おじや	
17 月	初期	つぶし粥 さつま芋ペースト 野菜煮 豆腐のすり流し汁 果汁		 ※ 10日(月)は山の日でお休みです。 ※ 食材の都合により献立を変更することがあります。 ※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。				
	中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 つぶしほうれん草ナムル 豆腐のすまし汁 ヨーグルトあえ	おじや					
	後期	軟飯 鶏肉の煮物 ほうれん草ナムル 豆腐のすまし汁 ヨーグルトあえ	おじや					