

令和4年度8月 離乳食献立表

両国・なかよし保育園

| 日 | 曜日 | 5~6か月 (初期) 午前 | 7~8か月 (中期) 午前 | 7~8か月 午後 | 9~11か月 (後期) 午前 | 9~11か月 午後 | 使用している食材 |
|----|------|-------------------------|---|----------------------|---|-----------------|--|
| 1 | 15 月 | 10倍粥 小松菜煮 大根煮 | 鶏そぼろあんかけ粥 きゅうり煮 みそ汁 (小松菜) オレンジ ミルク | パン粥 野菜スープ | 鶏そぼろあんかけ粥 きゅうり煮 みそ汁 (小松菜) オレンジ ミルク | トースト 野菜スープ | 米 鶏ひき肉 にんじん 玉葱 きゅうり 大根 小松菜 オレンジ 食パン しょうゆ 砂糖 片栗粉 味噌 |
| 2 | 16 火 | うどんペースト キャベツ煮 にんじん煮 | 大根ツナうどん キャベツ煮 コーンスープ すいか ミルク | 味噌おじや | 大根ツナスパゲティ キャベツ煮 コーンスープ すいか ミルク | 味噌おじや | スパゲティ うどん 大根 にんじん ツナ キャベツ きゅうり 玉葱 コーン 砂糖 しょうゆ 味噌 |
| 3 | 17 水 | 10倍粥 じゃがいも煮 玉葱煮 | 7倍粥 鶏肉じゃが 納豆和え みそ汁 (大根) オレンジ ミルク | ヨーグルト ハイハイ | 5倍粥 鶏肉じゃが 納豆和え みそ汁 (大根) オレンジ ミルク | ヨーグルト ハイハイ | 米 じゃがいも 玉葱 にんじん 鶏ひき肉 納豆 ほうれん草 大根 ヨーグルト ハイハイ しょうゆ 砂糖 味噌 |
| 4 | 18 木 | パン粥 かれい煮 キャベツ煮 | パン粥 かれいのトマト煮 キャベツ煮 野菜スープ パナナ ミルク | 青のり粥 キャベツスープ | トースト かれいのトマト煮 キャベツ煮 野菜スープ パナナ ミルク | 青のり粥 キャベツスープ | 食パン バター かれい 玉葱 トマト キャベツ きゅうり にんじん パナナ 米 青のり 塩 砂糖 しょうゆ |
| 5 | 19 金 | 10倍粥 白菜煮 にんじん煮 | 7倍粥 鶏ささみと野菜煮 白菜煮 すまし汁 オレンジ ミルク | さつまいも茶巾 | 5倍粥 鶏ささみと野菜煮 白菜煮 すまし汁 オレンジ ミルク | さつまいも茶巾 | 米 鶏ささみ 玉葱 にんじん 白菜 大根 小松菜 豆腐 オレンジ さつまいも 味噌 砂糖 片栗粉 しょうゆ |
| 6 | 20 土 | 10倍粥 豆腐煮 きゅうり煮 | 7倍粥 豆腐とひき肉煮 きゅうり煮 オニオンスープ パナナ ミルク | マンナウエハース | 5倍粥 豆腐とひき肉煮 きゅうり煮 オニオンスープ パナナ ミルク | マンナウエハース | 米 絹ごし豆腐 鶏ひき肉 玉葱 にんじん きゅうり パナナ しょうゆ 砂糖 片栗粉 |
| 8 | 22 月 | 10倍粥 大根煮 にんじん煮 | 7倍粥 鮭のだし煮 ころころ野菜煮 みそ汁 (大根) オレンジ ミルク | 豆乳パンケーキ (野菜スープ) | 5倍粥 鮭のだし煮 やわらかマカロニ煮 みそ汁 (大根) オレンジ ミルク | 豆乳パンケーキ | 米 鮭 玉葱 きゅうり にんじん コーン マカロニ 大根 オレンジ 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 しょうゆ 味噌 砂糖 |
| 9 | 23 火 | 10倍粥 小松菜煮 白菜煮 | 7倍粥 ささみ照り焼き煮 小松菜煮 みそ汁 (豆腐) すいか ミルク | パナナヨーグルト | 5倍粥 ささみ照り焼き煮 小松菜煮 みそ汁 (豆腐) すいか ミルク | パナナヨーグルト | 米 鶏ささみ 玉葱 小松菜 にんじん 白菜 豆腐 すいか ヨーグルト パナナ しょうゆ 砂糖 片栗粉 味噌 |
| 10 | 24 水 | うどんペースト きゅうり煮 じゃがいも煮 | 煮込みうどん マッシュポテト きゅうり煮 オレンジ ミルク | 野菜そうすい | 煮込みうどん マッシュポテト きゅうり煮 オレンジ ミルク | 野菜そうすい | うどん 大根 にんじん 小松菜 じゃがいも オレンジ 米 しょうゆ 砂糖 塩 |
| 11 | 25 木 | 10倍粥 白菜煮 大根煮 | 7倍粥 かれいと大根の煮物 白菜煮 みそ汁 (麩) パナナ | コーン粥 | 5倍粥 かれいと大根の煮物 白菜煮 みそ汁 (麩) パナナ | コーン粥 | 米 かれい 大根 白菜 小松菜 にんじん 玉葱 麩 パナナ コーン しょうゆ 砂糖 味噌 塩 |
| 12 | 26 金 | 10倍粥 ブロッコリー煮 にんじん煮 | トマトリゾット ブロッコリー煮 チンゲン菜スープ オレンジ ミルク | にゅうめん | トマトリゾット ブロッコリー煮 チンゲン菜スープ オレンジ ミルク | にゅうめん | 米 鶏ひき肉 玉葱 トマトケチャップ 粉チーズ にんじん ブロッコリー チンゲン菜 オレンジ そうめん ツナ しょうゆ |
| 13 | 27 土 | うどんペースト じゃがいも煮 玉葱煮 | 煮込みうどん じゃがいも煮 野菜スープ パナナ ミルク | 青菜粥 | 煮込みうどん じゃがいも煮 野菜スープ パナナ ミルク | 青菜粥 | うどん 鶏ひき肉 玉葱 にんじん キャベツ じゃがいも 小松菜 パナナ しょうゆ 砂糖 塩 |
| 14 | 29 月 | パン粥 たら煮 小松菜煮 | パン粥 白身魚の煮物 小松菜の煮浸し 野菜スープ オレンジ ミルク | あんかけ粥 | トースト 白身魚の煮物 小松菜の煮浸し 野菜スープ オレンジ ミルク | あんかけ粥 | 食パン バター まだら 玉葱 小松菜 にんじん かぶ オレンジ 米 鶏ひき肉 砂糖 しょうゆ 片栗粉 |
| 15 | 30 火 | 10倍粥 ブロッコリー煮 にんじん煮 | 7倍粥 ひき肉と野菜のトマト煮 ブロッコリー煮 コーンスープ パナナ ミルク | にんじんパンケーキ (野菜スープ) | 5倍粥 ひき肉と野菜のトマト煮 ブロッコリー煮 コーンスープ パナナ ミルク | にんじんパンケーキ | 米 鶏ひき肉 玉葱 にんじん トマト ブロッコリー きゅうり コーン パナナ 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 塩 砂糖 |
| 16 | 31 水 | 10倍粥 かぼちゃ煮 玉葱煮 | 7倍粥 鶏ささみと野菜煮 にんじん煮 みそ汁 (小松菜) オレンジ ミルク | スイートパンプキン | 5倍粥 鶏ささみと野菜煮 にんじん煮 みそ汁 (小松菜) オレンジ ミルク | スイートパンプキン | 米 鶏ささみ 玉葱 にんじん 大豆煮 さやいんげん 玉葱 小松菜 オレンジ かぼちゃ 豆乳 しょうゆ 砂糖 味噌 |