

令和7年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	金	10倍粥 にんじんペースト ほうれん草ペースト	7倍粥 鶏肉と玉ねぎの煮物 ほうれん草と納豆の煮物 みそ汁（わかめ） メロン ミルク	のりおじや	5倍粥 鶏肉と玉ねぎの煮物 えのきと納豆の煮物 みそ汁（わかめ） メロン ミルク	のりおじや	米 鶏ひき肉 玉ねぎ えのき きざみのり ほうれん草 人参 ひきわり納豆 わかめ メロン だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
2	16	土	10倍粥 大根ペースト じゃが芋ペースト	7倍粥 人参のそぼろ煮 大根といんげんの煮物 みそ汁（じゃが芋） バナナ ミルク	根菜おじや	5倍粥 人参のそぼろ煮 大根といんげんの煮物 みそ汁（じゃが芋） バナナ ミルク	根菜おじや	米 鶏ひき肉 人参 大根 いんげん じゃが芋 玉ねぎ バナナ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
4	18	月	10倍粥 玉ねぎペースト キャベツペースト	7倍粥 鶏肉団子煮 キャベツの煮びたし みそ汁（小松菜） オレンジ ミルク	おかか粥	5倍粥 あんかけつくね キャベツの煮びたし みそ汁（小松菜） オレンジ ミルク	おかか粥	米 鶏ひき肉 玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 小松菜 オレンジ かつお節 だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
5	19	火	うどんペースト にんじんペースト かぶペースト	煮こみうどん じゃが芋の青のり煮 かぶの煮物 バナナ ミルク	みそおじや	煮こみうどん スティックじゃが芋 かぶの煮物 バナナ ミルク	みそおじや	うどん 鶏ひき肉 人参 わかめ かぶ じゃが芋 青のり バナナ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
6	20	水	10倍粥 玉ねぎペースト きゅうりペースト	7倍粥 鶏肉と野菜の煮物 キャベツときゅうりの煮物 根菜のスープ スイカ ミルク	野菜おじや	5倍粥 豚肉のケチャップ煮 キャベツときゅうりの煮物 根菜のスープ スイカ ミルク	野菜おじや	米 豚ひき肉 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ キャベツ きゅうり 大根 スイカ だし汁 しょうゆ ケチャップ 片栗粉
7	21	木	10倍粥 カレイペースト 白菜ペースト	7倍粥 カレイのみそ煮 白菜の煮びたし みそ汁（豆腐） オレンジ ミルク	じゃが芋の煮物	5倍粥 カレイのみそ煮 白菜の煮びたし みそ汁（豆腐） オレンジ ミルク	じゃが芋のおやき	米 カレイ 白菜 小松菜 人参 絹豆腐 オレンジ じゃが芋 だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
8	22	金	パン粥ペースト かぼちゃペースト チンゲン菜ペースト	パン粥 かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりと人参の煮物 チンゲン菜スープ バナナ ミルク	青菜がゆ	トースト かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりと人参の煮物 チンゲン菜スープ バナナ ミルク	青菜がゆ	食パン 鶏ひき肉 かぼちゃ きゅうり 人参 チンゲン菜 玉ねぎ バナナ 小松菜 だし汁 しょうゆ 片栗粉
9	23	土	10倍粥 かぶペースト きゅうりペースト	7倍粥 鶏肉とかぶの煮物 きゅうりのツナ煮 みそ汁（わかめ） オレンジ ミルク	青のり粥	5倍粥 鶏肉とかぶの煮物 きゅうりのツナ煮 みそ汁（わかめ） オレンジ ミルク	青のり粥	米 鶏ひき肉 かぶ きゅうり 人参 ツナ わかめ オレンジ 青のり だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
/	25	月	10倍粥 なすペースト にんじんペースト	7倍粥 鶏肉となすの煮物 小松菜の磯辺煮 みそ汁（大根） スイカ ミルク	ささみ粥	5倍粥 鶏肉となすの煮物 もやしの磯辺煮 みそ汁（大根） スイカ ミルク	ささみ粥	米 鶏ひき肉 なす もやし 小松菜 人参 きざみのり 大根 スイカ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
12	26	火	10倍粥 大根ペースト ほうれん草ペースト	7倍粥 大根のそぼろ煮 ほうれん草の煮びたし みそ汁（じゃが芋） 梨（煮） ミルク	人参おじや	5倍粥 大根のそぼろ煮 もやしの煮びたし みそ汁（じゃが芋） 梨（煮） ミルク	人参おじや	米 鶏ひき肉 大根 もやし ほうれん草 人参 じゃが芋 なし かぶ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
13	27	水	うどんペースト ブロッコリーペースト 玉ねぎペースト	あんかけうどん ブロッコリーの煮物 コーンスープ バナナ ミルク	わかめ粥	ミートソーススパゲティ ブロッコリーの煮物 コーンスープ バナナ ミルク	わかめ粥	スパゲティ うどん 豚ひき肉 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー 白菜 クリームコーン バナナ わかめ だし汁 しょうゆ 片栗粉 牛乳
14	28	木	10倍粥 たらペースト にんじんペースト	7倍粥 鮭の煮物 人参といんげんの煮物 みそ汁（かぼちゃ） オレンジ ミルク	きな粉粥	5倍粥 鮭の煮物 ひじきの煮物 みそ汁（かぼちゃ） オレンジ ミルク	きな粉粥	米 たら 鮭 ひじき 人参 いんげん かぼちゃ 玉ねぎ オレンジ きな粉 だし汁 しょうゆ みそ 砂糖 片栗粉
/	29	金	パン粥ペースト かぼちゃペースト キャベツペースト	パン粥 鶏肉とかぼちゃの煮物 キャベツの煮物 野菜スープ バナナ ミルク	鶏粥	トースト かぼちゃの焼きコロッケ キャベツの煮物 野菜スープ バナナ ミルク	チキンライス	食パン 鶏ひき肉 かぼちゃ 玉ねぎ キャベツ きゅうり 人参 バナナ パン粉 だし汁 しょうゆ ケチャップ 塩 片栗粉
/	30	土	10倍粥 白菜ペースト 小松菜ペースト	7倍粥 鶏肉と白菜の煮物 小松菜のおかか煮 みそ汁（豆腐） オレンジ ミルク	ツナおじや	5倍粥 鶏肉と白菜の煮物 小松菜のおかか煮 みそ汁（豆腐） オレンジ ミルク	ツナおじや	米 鶏ひき肉 白菜 小松菜 人参 絹豆腐 オレンジ ツナ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉

◎その日に使用する食材を記載していますので、参考にしながらご家庭でも進めていきましょう。◎粉ミルクは「ほほえみ」、哺乳瓶は「母乳実感」を使用しています。