

# 2024年8月 離乳食献立表

四つ木なかよし保育園

| 日にち | 曜日   | 5～6ヶ月<br>午前                 | 7～8ヶ月<br>午前                         | 7～8ヶ月<br>午後                            | 9～11ヶ月<br>午前                         | 9～11ヶ月<br>午後                           | 12～18ヶ月   | 12～18ヶ月<br>おやつ       |
|-----|------|-----------------------------|-------------------------------------|--|--------------------------------------|--|---|----------------------|
| 1   | 木    | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | 7倍粥 大根のそぼろ煮<br>キャベツ煮<br>人参スープ       | 7倍粥 魚と人参の煮つけ<br>だいこん煮<br>キャベツスープ       | 5倍粥 大根のそぼろ煮<br>キャベツ煮<br>人参スープ        | 5倍粥 魚と人参の煮つけ<br>だいこん煮<br>キャベツスープ       | ごはん ポークチャップ<br>フレンチサラダ バナナ(1日)<br>大根スープ オレンジ(15日) | 牛乳<br>にゆうめん          |
| 2   | 金    | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | しゃげ粥<br>野菜煮<br>こまつなのすまし汁            | 7倍粥 鶏と青菜の煮物<br>人参甘煮<br>オニオンスープ         | しゃげ粥<br>野菜煮<br>こまつなのすまし汁             | 5倍粥 鶏と青菜の煮物<br>人参甘煮<br>オニオンスープ         | ごはん あじの香味焼き<br>青菜の煮浸し オレンジ(2日)<br>すまし汁 デラウェア(16日) | 牛乳<br>黒糖蒸しパン         |
| 3   | 17 土 | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | 7倍粥 ツナと玉葱煮<br>きゅうり煮<br>人参スープ        | パンがゆ<br>鶏ときゅうりの煮物<br>人参甘煮 玉葱スープ        | 5倍粥 ツナと玉葱煮<br>スティックきゅうり<br>人参スープ     | トースト<br>鶏ときゅうりの煮物<br>人参甘煮 玉葱スープ        | 焼肉丼<br>きゅうりの塩昆布和え<br>みそ汁 ヨーグルト                    | 牛乳<br>きなこラスク         |
| 5   | 19 月 | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | 7倍がゆ 玉葱のそぼろ煮<br>にんじん煮<br>ほうれん草のすまし汁 | パンがゆ<br>にんじんと麩の煮つけ<br>ほうれん草の煮浸し わかめスープ | 5倍がゆ 鶏団子煮<br>スティックにんじん<br>ほうれん草のすまし汁 | トースト<br>にんじんと麩の煮つけ<br>ほうれん草の煮浸し わかめスープ | ビビンバ<br>中華風きゅうり すいか(5日)<br>春雨スープ オレンジ(19日)        | 牛乳<br>ツナトースト         |
| 6   | 20 火 | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | 7倍粥 鮭のバター煮<br>きゅうり煮<br>キャベツスープ      | 7倍粥 ささみと玉葱煮<br>キャベツ煮<br>きゅうりスープ        | 5倍粥 鮭のバター煮<br>スティックきゅうり<br>キャベツスープ   | 5倍粥 ささみと玉葱煮<br>キャベツ煮<br>きゅうりスープ        | ごはん 鮭のムニエル<br>コーンサラダ<br>オニオンスープ バナナ               | 牛乳<br>昆布おにぎり         |
| 7   | 21 水 | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | のりがゆ<br>ほうれん草のそぼろ煮<br>人参煮 きのこスープ    | 7倍粥 人参のそぼろ煮<br>ほうれん草としめじの煮物<br>オニオンスープ | のりがゆ<br>ほうれん草のそぼろ煮<br>スティック人参 きのこスープ | 5倍粥 人参の鶏団子煮<br>ほうれん草としめじの煮物<br>オニオンスープ | 海苔の佃煮ご飯<br>冬瓜のそぼろ煮 納豆和え<br>みそ汁 オレンジ               | 牛乳<br>とうもろこし         |
| 8   | 22 木 | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | 7倍粥 キャベツのそぼろ煮<br>おふとわかめ煮<br>人参スープ   | 7倍粥 鶏ささみ煮<br>玉葱甘煮<br>キャベツスープ           | 5倍粥 豆腐とにんじん煮<br>きゅうり煮<br>のりスープ       | 5倍粥 鶏ささみ煮<br>玉葱甘煮<br>キャベツスープ           | ごはん 鶏肉のごまみそ焼き<br>いんげんのマヨ和え<br>すまし汁 バナナ            | 牛乳<br>塩焼きそば          |
| 9   | 23 金 | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | 7倍粥 ささみと人参煮<br>小松菜の煮浸し<br>玉葱スープ     | 7倍粥 玉ねぎのそぼろ煮<br>にんじん煮<br>野菜スープ         | 5倍粥 ほうれん草のそぼろ煮<br>人参甘煮<br>玉ねぎのスープ    | 5倍粥 玉ねぎのそぼろ煮<br>スティック人参<br>野菜スープ       | ごはん 豚肉の生姜焼き<br>小松菜和え すいか(9日)<br>みそ汁 デラウェア(23日)    | 牛乳<br>水ようかん<br>せんべい  |
| 10  | 24 土 | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | 鶏うどん<br>きゅうり煮<br>かぼちゃの甘煮            | 7倍粥 かぼちゃのそぼろ煮<br>にんじん煮<br>キャベツスープ      | 鶏うどん<br>きゅうり煮<br>かぼちゃの甘煮             | 5倍粥 かぼちゃのそぼろ煮<br>スティック人参<br>キャベツスープ    | 肉うどん<br>かぼちゃの含め煮<br>即席漬け ヨーグルト                    | 牛乳<br>わかめおにぎり        |
| 13  | 27 火 | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | トマトがゆ<br>ささみとキャベツ煮<br>人参煮 玉葱スープ     | 7倍粥 玉ねぎのそぼろ煮<br>人参と麩の煮つけ<br>キャベツスープ    | トマトがゆ<br>ささみとキャベツ煮<br>スティック人参 玉葱スープ  | 5倍粥 玉ねぎのそぼろ煮<br>人参と麩の煮つけ<br>キャベツスープ    | 食パン 鶏肉のオレンジ焼き<br>グリーンサラダ<br>イタリアンスープ バナナ          | 牛乳<br>りんごゼリー<br>せんべい |
| 14  | 28 水 | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | 野菜うどん<br>人参とえのきの煮物<br>きゅうり煮         | 7倍粥 ツナと玉葱煮<br>にんじん煮<br>きのこスープ          | 野菜うどん<br>人参とえのきの煮物<br>きゅうり煮          | 5倍粥 ツナと玉葱煮<br>スティック人参<br>きのこスープ        | 夏野菜キーマカレー<br>キャベツサラダ<br>ズッキーニのスープ オレンジ            | 牛乳<br>みそ焼きおにぎり       |
| 26  | 月    | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | パンがゆ<br>ささみときゅうり煮<br>ゆでブロッコリー 人参スープ | 7倍粥 人参のそぼろ煮<br>キャベツ煮<br>ポテトスープ         | トースト<br>ささみときゅうり煮<br>ゆでブロッコリー 人参スープ  | 5倍粥 人参のそぼろ煮<br>キャベツ煮<br>ポテトスープ         | 焼きうどん<br>中華風きゅうり<br>わかめスープ バナナ                    | 牛乳<br>青のりポテト         |
| 29  | 木    | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | 7倍粥 かわいいの煮つけ<br>ゆでブロッコリー<br>小松菜のみそ汁 | 7倍粥 ささみとかぼちゃ煮<br>小松菜の煮浸し<br>人参スープ      | 5倍粥 かわいいの煮つけ<br>ゆでブロッコリー<br>小松菜のみそ汁  | 5倍粥 ささみとかぼちゃ煮<br>小松菜の煮浸し<br>人参スープ      | ごはん 鯖のみそ煮<br>ブロッコリーの和え物<br>すまし汁 オレンジ              | 牛乳<br>かぼちゃケーキ        |
| 30  | 金    | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | トマトうどん<br>ほうれん草の煮浸し<br>玉葱甘煮         | 7倍粥 ささみとキャベツ煮<br>にんじん煮<br>野菜スープ        | トマトうどん<br>ほうれん草の煮浸し<br>玉葱甘煮          | 5倍粥 ささみとキャベツ煮<br>スティックにんじん<br>野菜スープ    | なすのスパゲティミートソース<br>レモンドレッシングサラダ<br>野菜スープ デラウェア     | 牛乳<br>クッキー           |
| 31  | 土    | 10倍がゆペースト<br>野菜のペースト<br>ミルク | 7倍粥 ツナと玉葱煮<br>にんじん煮<br>キャベツのスープ     | 7倍粥 鶏とじゃが芋の煮物<br>人参甘煮<br>オニオンスープ       | 5倍粥 ツナと玉葱煮<br>スティックにんじん<br>キャベツのスープ  | 5倍粥 鶏とじゃが芋の煮物<br>人参甘煮<br>オニオンスープ       | カレーピラフ<br>キャベツサラダ<br>オニオンスープ ヨーグルト                | 牛乳<br>おかかおにぎり        |

<完了食540kcal(月平均)>