



## 令和4年8月離乳食献立表

日付	曜	初期	
5	19	金	①つぶし粥 ②野菜スープ もやし 野菜マッシュ ③人参 ④きゅうり
6	20	土	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参 野菜マッシュ ③ほうれん草 ④玉ねぎ
8	22	月	①つぶし粥 ②野菜スープ 小松菜 野菜マッシュ ③もやし④人参
9	23	火	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参 野菜マッシュ ③ピーマン ④玉ねぎ
10	24	水	①つぶし粥 ②野菜スープ もやし 野菜マッシュ ③人参④チンゲン菜
/	25	木	①つぶし粥 ②野菜スープ きゅうり 野菜マッシュ ③玉ねぎ ④キャベツ
12	26	金	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参 野菜マッシュ ③南瓜 ④大根
13	27	土	①つぶし粥 ②野菜スープ 大根 野菜マッシュ ③いんげん ④人参
1	15/29	月	①つぶし粥 ②野菜スープ チンゲン菜 野菜マッシュ ③玉ねぎ ④キャベツ
2	16/30	火	①つぶし粥・②野菜スープ キャベツ 野菜マッシュ ③人参 ④きゅうり
3	17/31	水	①つぶし粥 ②野菜スープ もやし 野菜マッシュ ③人参 ④玉ねぎ
4	/	木	①つぶし粥 ②野菜スープ 玉ねぎ 野菜マッシュ ③キャベツ ④じゃが芋
18	☆	木	①つぶし粥②野菜スープ きゅうり 野菜マッシュ ③人参④玉ねぎ

日付	曜	後期食	
		(午前食)	(午後食)
5	19	金	①軟飯 ②人参のスープ ③じゃが芋と豆腐煮 ④もやし胡瓜煮 ①軟飯 ②もやしのみそ汁 ③白身魚煮 ④かぶ煮
6	20	土	①にゅうめん(しらす・ほうれん草・人参) ③豆腐のあんかけ煮 ①ごま軟飯 ②玉ねぎのみそ汁 ③キャベツのそぼろあん ④ほうれん草煮
8	22	月	①軟飯 ②キャベツのみそ汁 ③白身魚ソテー ④小松菜人参サラダ ①にゅうめん(キャベツ・人参) ③豆腐と鶏ひき肉煮 ④ブロッコリーソテー
9	23	火	①軟飯 ②玉ねぎのスープ ③野菜のそぼろあんかけ ④キャベツとコーン煮 ①軟飯 ②もやしのスープ ③白身魚フライ ④じゃが芋人参煮
10	24	水	①ひじきご飯(軟飯) ②チンゲン菜ともやしのすまし汁 ③肉じゃが風 ④人参煮 ①軟飯 ②キャベツのすまし汁 ③豆腐挽肉煮 ④いんげん煮
/	25	木	①軟飯 ②玉ねぎのみそ汁 ③ささみあんかけ ④きゅうり煮 ①チーストースト ②白菜のスープ ③しらす人参 ④じゃが芋玉ねぎ煮
12	26	金	①軟飯 ②大根のすまし汁 ③鶏ひき肉野菜炒め ④南瓜煮 ①軟飯②人参のみそ汁 ③白身魚あんかけ ④小松菜ソテー
13	27	土	①あんかけにゅうめん(鶏ひき肉・野菜) ③白菜煮 ④いんげんソテー ①軟飯 ②大根のみそ汁 ③南瓜挽肉煮 ④胡瓜と人参煮
1	15/29	月	①軟飯 ②キャベツのみそ汁 ③白身魚の胡麻味噌焼き ④チンゲン菜ソテー ①軟飯 ②玉ねぎのスープ ③鶏肉と人参煮 ④キャベツソテー
2	16/30	火	①軟飯 ②人参のみそ汁 ③ピーマンそぼろあん ④トマト煮 ①トースト ②キャベツのすまし汁 ③白身魚のムニエル④さつま芋人参煮
3	17/31	水	①軟飯 ②さつま芋のみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④もやしと胡瓜ナムル風 ①軟飯 ②大根のスープ ③しらすとじゃが芋煮 ④ピーマン炒め
4	/	木	①あんかけパスタ(鶏ひき肉・トマト) ②キャベツのスープ ④じゃが芋とアスパラバターソテー ①青海苔軟飯 ②人参のみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④チンゲン菜ソテー
18	☆	木	①軟飯 ②キャベツのスープ ③鶏肉トマト煮 ④胡瓜人参サラダ ①軟飯 ②お麩のみそ汁 ③白身魚煮 ④ほうれん草人参ソテー

材料の都合により献立を変更することがございます。ご了承ください。

☆材料の都合により献立を変更することがあります

城山保育園



日付	曜	献立		主産材料			
		午前おやつ	午前食	午後食	熱やカに なるもの	豆や肉に なるもの	体の調子を 整えるもの
5	金	①クラッカー ②中華スープ(春雨・にら) ③三色和え ④フルーツ	①麻婆豆腐丼 ②中華スープ(春雨・にら) ③肉豆腐 ④フルーツ	⑥牛乳 ①セサミソウキ ②ちやしのみそ汁 ⑤フルーツ	米・片栗粉 ごま・ごま油 春雨 小麦粉	豆腐 豚ひき肉 味噌 バター	長ねぎ・しいたけ たけのこ・人参 ちやし 胡瓜 にら
6	土	①オムツシジュース ②ツナそうめん ③厚揚げのケチャップ炒め ④フルーツ	①ご飯②みそ汁(わかめ・あさつき) ③さばの梅焼き ④中華風納豆サラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①人参カーキ ②豆腐のみそ汁 ⑤フルーツ	米・油 ごま油 バター ごま油	鯖・卵 牛乳 味噌 納豆	わかめ・あさつき 小松菜・梅 人参
8	月	①クラッカー ②さばの梅焼き ③中華風納豆サラダ ④フルーツ	①ご飯②中華スープ(にら・春雨) ③豚肉とピーマンの炒め物 ④ちやしトマト ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①あんこスープ ②ちやしのスープ ⑤フルーツ	米・油 ごま油 バター ごま油	豚肉 小豆 ラーカリン 牛乳	ピーマン 人参 玉ねぎ だけのことやし にら
9	火	①ビスケット ②豚肉とピーマンの炒め物 ③ちやしトマト ④フルーツ	①ひじきとツナのご飯 ②清汁(ちやし・チンゲン菜) ③カレー肉じゃが ④フルーツ	⑥オムツシジュース ①牛乳もち ②キャベツの清汁 ⑤フルーツ	米 食パン	ツナ・油揚げ 黄豆粉 豚肉 牛乳	ひじき・人参 チンゲン菜 玉ねぎ・いんげん ちやし
10	水	①羊ソナ ②清汁(ちやし・チンゲン菜) ③カレー肉じゃが ④フルーツ	①ご飯②みそ汁(板麩・長ねぎ) ③鶏肉の甘酢あんかけ ④春雨のサラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①金魚セー ②白菜のスープ ⑤フルーツ	米 片栗粉 油 春雨 ごま エツクアラ	豚肉 味噌 鶏肉	長ねぎ 玉ねぎ 人参 あさつき キャベツ きゅうり 人参 オムツシジュース
12	金	①クラッカー ②みそ汁(大根・しめじ) ③南瓜の煮つけ ④フルーツ	①ビスソバ丼 ②みそ汁(大根・しめじ) ③南瓜の煮つけ ④フルーツ	⑥牛乳 ①ソルベツヨーグルト ②人参のみそ汁 ⑤フルーツ	米 油 ごま油 南瓜	豚肉 味噌 ヨーグルト 牛乳	しめじ・みつば 大根・みかん・りんご ちやし・白桃缶 にら・人参・南瓜
13	土	①りんごジュース ②じゃが芋ソテー ③フルーツ	①五目うどん ②じゃが芋ソテー ③フルーツ	⑥オムツシジュース ①焼きおにぎり ②大根のみそ汁 ⑤フルーツ	米 ごま油 ごま じゃが芋 油	豚肉 ハム	白菜・人参 大根・椎茸 ちやし・あさつき いんげん・ピーマン
1	月	①クラッカー ②白身魚のケッチャップあん ③チンゲン菜のソテー ④フルーツ	①ご飯②清汁(長ねぎ・わかめ) ③白身魚のケッチャップあん ④チンゲン菜のソテー ⑤フルーツ	⑥りんごジュース ①ココア蒸しパン ②玉ねぎの清汁 ⑤フルーツ	米 片栗粉 油 バター 小麦粉 ホットケーキミックス	かし 牛乳 卵	ピーマン 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 キャベツ コーン わかめ 長ねぎ
2	火	①ビスケット ②中華スープ(ねぎ・えのき) ③コーンサラダ ④フルーツ	①ドライカレー ②中華スープ(ねぎ・えのき) ③コーンサラダ ④フルーツ	⑥牛乳 ①VVOク(ヨーグルト) ②キャベツのスープ ⑤フルーツ	米 ごま油 ハバロク	豚肉 味噌 豆腐	玉ねぎ 人参 ピーマン レーズン パター キャベツ 胡瓜 コーン えのき 長ねぎ
3	水	①羊ソナ ②みそ汁(さつま芋・玉葱) ③肉豆腐 ④ちやしの胡麻和え ⑤フルーツ	①羊ソナ ②みそ汁(さつま芋・玉葱) ③肉豆腐 ④ちやしの胡麻和え ⑤フルーツ	⑥牛乳 ①肉味噌スライダ ②大根のスープ ⑤フルーツ	米・ごま さつま芋 油 片栗粉 スライダ	味噌 豆腐 豚肉 牛乳	玉ねぎ 人参 しらたき ちやし 胡瓜
4	木	①ヨーグルト ②清汁(キャベツ・わかめ) ③じゃが芋とナスパソテー ④フルーツ	①ヨーグルト ②清汁(キャベツ・わかめ) ③じゃが芋とナスパソテー ④フルーツ	⑥牛乳 ①厚布おにぎり ②人参のみそ汁 ⑤フルーツ	中華麺 じゃが芋 油・ごま油 米	ヨーグルト 牛乳 ハム 卵	わかめ・キャベツ 玉ねぎ・ナスパ 厚布 トマト・胡瓜
★ 誕生日会 ★							
18	木	①クラッカー ②チヤップス③スープ(キャベツ・コーン) ④タントリーチキン ⑤ナスパソテーチンゲン菜 ⑥フルーツ	①クラッカー ②チヤップス③スープ(キャベツ・コーン) ④タントリーチキン ⑤ナスパソテーチンゲン菜 ⑥フルーツ	⑥りんごジュース ①お誕生日ケーキ ②クッキー ③ホィップクリーム	米・油 スライダ エツクアラ 小麦粉	ウインナー ツナ ヨーグルト・バター ホィップクリーム	人参 ピーマン コーン 胡瓜 トマト キャベツ コーン あさつき 玉ねぎ

材料の都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。