



令和 5年 8月 離乳食献立表 No. 1



日付		曜	初期	
1	15/29	火	①粥ペースト ③南瓜のマッシュ	②玉ねぎのポタージュ ③人参のマッシュ
2	16/30	水	①粥ペースト ③ほうれん草のマッシュ	②南瓜のポタージュ ③大根のマッシュ
3	17/31	木	①粥ペースト ③人参のマッシュ	②キャベツのポタージュ ③じゃが芋のマッシュ
4	18	金	①粥ペースト ③きゅうりのマッシュ	②小松菜のポタージュ ③南瓜のマッシュ
5	19	土	①粥ペースト ③人参のマッシュ	②玉ねぎのポタージュ ③じゃがいものマッシュ
7	21	月	①粥ペースト ③小松菜のマッシュ	②さつまいものポタージュ ③キャベツのマッシュ
8	22	火	①粥ペースト ③じゃが芋のマッシュ	②人参のポタージュ ③ほうれん草のマッシュ
9	23	水	①粥ペースト ③人参のマッシュ	②小松菜のポタージュ ③玉ねぎのマッシュ
10	24	木	①粥ペースト ③きゅうりのマッシュ	②さつまいものポタージュ ③ほうれん草のマッシュ
/	25	金	①粥ペースト ③人参のマッシュ	②南瓜のポタージュ ③大根のマッシュ
12	26	土	①粥ペースト ③小松菜のマッシュ	②じゃが芋のポタージュ ③玉ねぎのマッシュ
14	28	月	①粥ペースト ③大根のマッシュ	②ほうれん草のポタージュ ③人参のマッシュ

☆材料の都合により献立を変更することがあります



日付		曜	中期 前半食	中期 後半食
1	15/29	火	①煮込みうどん (ほうれん草・人参) ③南瓜としらす煮 ④玉ねぎとキャベツ煮	①煮込みうどん (ほうれん草・人参) ③南瓜としらす煮 ④玉ねぎとキャベツ煮
2	16/30	水	①7倍粥 ②南瓜のみそ汁 ③鶏ささみとほうれん草煮 ④大根と人参煮	①5倍粥 ②南瓜のみそ汁 ③鶏ささみとほうれん草煮 ④大根と人参煮
3	17/31	木	①7倍粥 ②キャベツのスープ ③じゃが芋としらす煮 ④大根とトマト煮	①5倍粥 ②キャベツのスープ ③じゃが芋とシラス煮 ④大根とトマト煮
4	18	金	①7倍粥 ②小松菜のみそ汁 ③鶏ささみときゅうり煮 ④南瓜煮	①5倍粥 ②小松菜のみそ汁 ③鶏ささみときゅうり煮 ④南瓜煮
5	19	土	①7倍粥 ②豆腐のみそ汁 ③カレイの青海苔煮 ④人参と玉ねぎ煮	①5倍粥 ②豆腐のみそ汁 ③カレイの青海苔煮 ④人参と玉ねぎ煮
7	21	月	①煮込みうどん (小松菜・人参) ③鶏ひき肉とキャベツ煮 ④さつま芋煮	①煮込みうどん (小松菜・人参) ③鶏ひき肉とキャベツ煮 ④さつま芋煮
8	22	火	①煮込みうどん (玉ねぎ・人参) ③豆腐とほうれん草煮 ④じゃが芋のあんかけ煮	①煮込みうどん (玉ねぎ・人参) ③豆腐とほうれん草煮 ④じゃが芋のあんかけ煮
9	23	水	①7倍粥 ②もやしのスープ ③鮭と小松菜煮 ④ひじきと人参煮	①5倍粥 ②もやしのスープ ③鮭と小松菜煮 ④ひじきと人参煮
10	24	木	①にゅうめん (ひき肉・玉ねぎ・人参) ③じゃが芋と小松菜煮 ④トマトとしらす煮	①にゅうめん (ひき肉・玉ねぎ・人参) ③じゃが芋と小松菜煮 ④トマトとしらす煮
	25	金	①7倍粥 ②大根のみそ汁 ③たら青のり煮 ④ほうれん草と人参煮	①5倍粥 ②大根のみそ汁 ③たら青のり煮 ④ほうれん草と人参煮
12	26	土	①7倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③小松菜と鶏ささみと人参煮 ④南瓜煮	①5倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③小松菜と鶏ささみと人参煮 ④南瓜煮
14	28	月	①7倍粥 ②さつま芋のみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④トマトときゅうり煮	①5倍粥 ②さつま芋のみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④トマトときゅうり煮



日付		曜	中期 前半食	中期 後半食
1	15/29	火	①7倍粥 ②じゃが芋のみそ汁 ③大根とそぼろ煮 ④小松菜と人参煮	①5倍粥 ②じゃが芋のみそ汁 ③大根とそぼろ煮 ④小松菜と人参煮
2	16/30	水	①7倍粥 ②キャバツのスープ ③たらの青のり煮 ④きゅうりと人参煮	①5倍粥 ②キャバツのスープ ③たらの青のり煮 ④きゅうりと人参煮
3	17/31	木	①煮込みうどん(豆腐・玉ねぎ・小松菜) ③南瓜のそぼろあん ④キャバツと人参煮	①煮込みうどん(豆腐・玉ねぎ・小松菜) ③南瓜のそぼろあん ④キャバツと人参煮
4	18	金	①7倍粥 ②大根のみそ汁 ③じゃが芋としらす煮④もやしと人参煮	①5倍粥 ②大根のみそ汁 ③じゃが芋としらす煮④もやしと人参煮
5	19	土	①7倍粥 ②キャバツのスープ ③鶏ささみと人参煮 ④さつま芋煮	①5倍粥 ②キャバツのスープ ③鶏ささみと人参煮 ④さつま芋煮
7	21	月	①7倍粥 ②もやしのスープ ③カレーの味噌あんかけ ④大根とほうれん草煮	①5倍粥 ②もやしのスープ ③カレーの味噌あんかけ ④大根とほうれん草煮
8	22	火	①7倍粥 ②キャバツのみそ汁 ③しらす・ひじき・人参煮 ④南瓜煮	①5倍粥 ②キャバツのみそ汁 ③しらす・ひじき・人参煮 ④南瓜煮
9	23	水	①7倍粥 ②大根のスープ ③豆腐と人参煮 ④じゃが芋煮	①5倍粥 ②大根のスープ ③豆腐と人参煮 ④じゃが芋煮
10	24	木	①7倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③かれいとほうれん草煮 ④キャバツと人参煮	①5倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③かれいとほうれん草煮 ④キャバツと人参煮
	25	金	①にゅうめん(人参・ほうれん草) ③玉ねぎとしらす煮 ④南瓜煮	①にゅうめん(人参・ほうれん草) ③玉ねぎとしらす煮 ④南瓜と青のり煮
12	26	土	①7倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③豆腐のほうれん草煮 ④じゃが芋煮	①5倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③豆腐のほうれん草煮 ④じゃが芋煮
14	28	月	①7倍粥 ②じゃが芋のスープ ③たらと大根煮 ④もやしと人参煮	①5倍粥 ②じゃが芋のスープ ③たらと大根煮 ④もやしと人参煮



令和5年8月離乳食献立表 後期食



日付	曜	後期 午前食	後期 午後食	
1	15/29	火	①煮込みうどん (ほうれん草・人参) ③南瓜としらす炒め煮 ④玉ねぎとキャベツ煮	①3倍粥 ②じゃが芋のみそ汁 ③大根のそぼろ炒め煮 ④小松菜と人参煮
2	16/30	水	①3倍粥 ②南瓜のみそ汁 ③鶏ささみとほうれん草煮④大根と人参煮	①3倍粥 ②キャベツのスープ ③たらきのな粉焼き ④きゅうりと人参煮
3	17/31	木	①3倍粥 ②キャベツのスープ ③じゃが芋としらす炒め煮④トマト煮	①あんかけスパゲティ (豆腐・玉ねぎ・小松菜) ③南瓜のそぼろあん ④キャベツと人参煮
4	18	金	①3倍粥 ②小松菜のみそ汁 ③鶏ささみときゅうり炒め煮 ④南瓜煮	①3倍粥 ②大根のみそ汁 ③じゃが芋としらすのおやき④もやしと人参煮
5	19	土	①3倍粥 ②豆腐のみそ汁 ③カレイ煮の青のり焼き ④人参と玉ねぎソテー	①3倍粥 ②キャベツのスープ ③鶏ささみの磯部焼き④さつま芋団子
7	21	月	①煮込みうどん (小松菜・人参) ③鶏ひきとキャベツ炒め煮 ④さつま芋煮	①3倍粥 ②もやしのスープ ③カレイのみそ焼き④大根とほうれん草煮
8	22	火	①煮込みうどん (玉ねぎ・人参) ③豆腐のほうれん草煮④じゃが芋炒め	①3倍粥 ②キャベツのみそ汁 ③しらす・ひじき・人参の炒め煮 ④南瓜煮
9	23	水	①3倍粥 ②もやしのスープ ③鮭と小松菜炒め煮④ひじきと人参の煮物	①3倍粥 ②大根のスープ ③豆腐と人参の炒め煮 ④じゃが芋煮
10	24	木	①あんかけスパゲティ (ひき肉・玉ねぎ・人参) ③じゃがいもと小松菜炒め煮 ④トマトとしらす煮	①3倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③かれいのきなこ焼き④キャベツと人参煮
/	25	金	①3倍粥 ②大根のみそ汁 ③たらきの青のり焼き ④ほうれん草と人参煮	①にゅうめん (人参・ほうれん草) ③玉ねぎとしらす煮 ④南瓜の青のり煮
12	26	土	①3倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③小松菜とささみと人参炒め煮 ④南瓜煮	①3倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③豆腐のほうれん草煮④じゃが芋のおやき
14	28	月	①3倍粥 ②さつま芋のみそ汁 ③豆腐と人参の炒め煮 ④トマトときゅうり煮	①3倍粥 ②じゃが芋スープ ③たらきの青のり焼き ④もやしと人参煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります

日付	曜	主な材料							
		午前おやつ	午前食	午後食	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの		
1	15/29	火	⑥小魚	①軟飯 ②みそ汁(なめこ・わかめ) ③唐揚げ(焼き)レモンソース ④ブロッコリーサラダ ⑤フルーツ	①お麩のきなこラスク ⑥牛乳	米・油 麩 片栗粉 バター	みそ・牛乳 きなこ 鶏肉 ツナ	しょうが・にんにく レモン・ブロッコリー キャベツ・人参 わかめ・なめこ	
2	16/30	水	①ミレービスケット	①とうもろこしご飯(軟飯) ②みそ汁(油揚げ・ねぎ) ③肉じゃが ④野菜のおかか和え ⑤フルーツ	①りんごケーキ 8/30 フローズンヨーグルト ↑らいおん組のみ ⑥牛乳	米・油 じゃが芋 パウンドケーキミックス	豚肉・油揚げ みそ・牛乳 豆乳 ヨーグルト(8/30)	コーン・長葱・人参 玉ねぎ・グリーンピース ほうれん草・白菜 りんご	
3	31	木	⑥ぱりぱりいわし	①もぐちんの夏野菜カレー(軟飯) ②スープ(にら・もやし) ④トマトサラダ ⑤フルーツ	①プリン ⑥牛乳	米・油 カレールウ プリンの素	鶏肉 牛乳 ホイップ	玉ねぎ・人参・なす 南瓜・キャベツ・胡瓜 コーン・トマト にら・もやし・白桃	
/	18	金	①ペビスティック	①ピピンパ拌(軟飯) ②みそ汁(大根・しめじ) ④南瓜サラダ ⑤フルーツ	①チーズクッキー ⑥牛乳	米・ごま油 エッグケア 小麦粉 バター	豚肉・みそ 粉チーズ 牛乳	もやし・人参・にら 大根・しめじ 南瓜・きゅうり	
	5	19	土	⑥牛乳	①けんちんうどん ③大豆とウィンナーのソテー ⑤フルーツ	①焼きおにぎり ⑥牛乳	うどん ごま油 米	豚肉・豆腐 牛乳・ウィンナー 大豆 鯉節	人参・大根・ごぼう 万能ねぎ・ほうれん草 もやし・胡瓜 椎茸
7	21	月	①星パフ	①軟飯 ②みそ汁(あさつき・わかめ) ③鯉の蒲焼き ④納豆和え ⑤フルーツ	①南瓜むしパン ⑥牛乳	米 片栗粉 油 蒸しパンミックス	鯉・納豆 みそ 牛乳	あさつき・わかめ 小松菜・人参・もやし 南瓜	
8	22	火	⑥小魚	①軟飯 ②清汁(春雨・みつば) ③豚肉とピーマンのみそ炒め ④ピーマンサラダ ⑤フルーツ	①ブルーハワイゼリー 8/8 フローズンヨーグルト ↑とら組のみ ⑥牛乳	米・油 春雨・イナアガー ピーマン エッグケア	豚肉・みそ 牛乳 豆乳 ヨーグルト(8/8)	みつば・ピーマン キャベツ・人参 長葱・胡瓜・コーン みかん・白桃	
9	23	水	①ミレービスケット	①菜飯(軟飯) ②スープ(トマト・レタス) ③厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 ④竹輪とキャベツの和え物⑤フルーツ	①ナポリタン 8/9 フローズンヨーグルト ↑ねこ組のみ ⑥牛乳	米 油・じゃが芋 エッグケア ピーマン	厚揚げ・豚肉 竹輪・ウィンナー 牛乳 ヨーグルト(8/9)	もやし・レタス・トマト 人参・いんげん キャベツ・胡瓜 玉ねぎ・ピーマン・菜飯	
10	24	木	⑥ぱりぱりいわし	①冷しきつねうどん ③じゃが芋とツナのチーズ焼き ⑤フルーツ	①じゃこチャーハン ⑥牛乳	米・うどん じゃが芋 エッグケア ごま・ごま油 牛乳	油揚げ ベーコン ちりめんじゃこ 牛乳	長ねぎ・ほうれん草 玉ねぎ・コーン 人参・ピーマン わかめ	
/	25	金	①ペビスティック	①ゆかりごはん(軟飯) ②みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) ③鶏の照り焼き ④ブロッコリーのソテー⑤フルーツ	①チーズトースト ⑥牛乳	米・じゃが芋 油 エッグケア	鶏肉・ベーコン みそ・牛乳 チーズ	ゆかり・コーン ブロッコリー・人参 キャベツ・玉ねぎ きゅうり・レタス	
	12	26	土	⑥牛乳	①みそやしラーメン ③ふかし芋 ⑤フルーツ	①ケチャップライス ⑥りんごジュース	中華種 米・油 ごま油 さつま芋	豚肉・みそ 牛乳 ツナ	キャベツ・人参 にら・もやし・長葱 玉ねぎ・ピーマン キャベツ
14	28	月	①星パフ	①軟飯 ②みそ汁(キャベツ・ワカメ) ③さばのおろしかけ ④チンゲン菜のソテー ⑤フルーツ	①フルーチェ ⑥オレンジジュース	米・さつま芋 片栗粉 フルーチェ 油	さば 牛乳 みそ	玉ねぎ 人参・キャベツ チンゲン菜 大根おろし・白桃	
★ 流しどうめん給食 ★ ※流しどうめんは3・4・5歳のみ実施。0・1・2歳は通常のどうめんを提供します。									
4		金	⑥ぱりぱりいわし	①そうめん ③じゃが芋のコーンマヨ焼き ⑤フルーツ	①プリン ⑥牛乳	米・油 じゃが芋 プリンの素 エッグケア・油	ハム 牛乳 ホイップ	玉ねぎ・人参 わかめ・胡瓜 コーン・黄ピーマン 白桃	
★ お楽しみ給食 ★									
17		木	⑥ヨーグルト	①ツナロールパン ②スープ(キャベツ・コーン) ③エビの衣焼き ④人参サラダ ⑤フルーツ	①チーズケーキ ⑥牛乳	卵・ケーキ・ジャム ココア エッグケア・油 バター・マカロニ	卵・豚肉 牛乳・ホイップ ホワイトソース ヨーグルト・ツナ	キャベツ・人参 胡瓜・コーン レーズン 南瓜	