

2019年度

8月 離乳食献立表 同胞こども園

日	曜	5・6ヵ月ごろ	7・8ヵ月ごろ	9～11ヵ月ごろ	使用食材	おやつ	
1	木	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	具入りごはん 清汁	具入りごはん みそ汁	鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参(わかめ みそ)	おかし	
2	金	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	あんかけごはん スープ	あんかけごはん バナナ	鶏肉 玉ねぎ 人参 トマト缶(バナナ)	おかし	
3	土	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	おじや	おじや	鶏肉 豆腐 人参 大根 玉ねぎ(ねぎ)	おかし	
5	月	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	あんかけごはん 胡瓜の和え物	あんかけごはん 胡瓜の和え物	鶏肉 人参 白菜 胡瓜	バナナ	
6	火	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	けんちん汁風 もつ煮	けんちん汁風 もつ煮	鶏肉 鶏肝臓 豆腐 里芋 人参 大根(ねぎ)	おかし	
7	水	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	パンがゆ サラダ スープ	食パン サラダ スープ	食パン 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ブロッコリー レタス 胡瓜 (ケチャップ マヨドレ)	いもごはん	
8	木	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	白身魚のあんかけ 野菜の和え物	白身魚の野菜あんかけ オレンジ	白身魚 玉ねぎ 人参 もやし ビーマン(オレンジ)	きな粉トースト	
9	金	こしがゆ(おもゆ) 南瓜のペースト	鶏肉と野菜の煮物 清汁	鶏肉と野菜の味噌煮 大豆入りひじき煮	鶏肉 大豆 玉ねぎ 人参 南瓜(ひじき みそ)	おかし	
10	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	野菜入りパンがゆ	食パン スープ	食パン 鶏肉 玉ねぎ 人参	おかし	
12	月	山の日					
13	火	夏季特別保育 (お弁当持参)					
14	水						
15	木						
16	金						
16	金	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	あんかけごはん 具沢山汁	あんかけごはん 具沢山汁	鶏肉 人参 ほうれん草 大根 玉ねぎ(ねぎ みそ)	小松菜入り蒸しパン	
17	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	おじや	おじや	鶏肉 玉ねぎ 大豆 (みそ)	おかし	
19	月	こしがゆ(おもゆ) 小松菜のペースト	白身魚と野菜の煮物 清汁	白身魚と野菜の煮物 みそ汁	白身魚 人参 小松菜 玉ねぎ(みそ)	ホットケーキ	
20	火	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉 人参 胡瓜 玉ねぎ(わかめ 春雨)	おかし	
21	水	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	胡瓜の和え物 具沢山汁	胡瓜のおかかあえ 舎汁風	鶏肉 胡瓜 豆腐 人参 南瓜(ねぎ みそ かつお節)	サンドイッチ	
22	木	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	スパゲッティー煮 サラダ	スパゲッティー煮 サラダ	スパゲッティー 鶏肉 玉ねぎ 人参 なす 胡瓜 カリフラワー(ケチャップ)	おかかごはん	
23	金	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	鶏肉と野菜の煮物 オクラ納豆	鶏肉と野菜の煮物 オクラ納豆	鶏肉 豆腐 納豆 ふ 玉ねぎ 人参 白菜 オクラ(ねぎ)	おかし	
24	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	具入りうどん	具入りうどん	鶏肉 人参 オクラ (ねぎ)	おかし	
26	月	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	鶏肉と大豆の煮物 じゃがいもとツナの和え物	鶏肉と大豆のケチャップ煮 じゃがいもとツナの和え物	鶏肉 大豆 ツナ じゃがいも 玉ねぎ 人参(ケチャップ)	お好み焼き風	
27	火	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	白身魚と野菜の煮物 スープ	白身魚と野菜の煮物 スープ	白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ 人参	おかし	
28	水	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	あんかけごはん 野菜の和え物	マーボーどんぶり 野菜の和え物	鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 もやし(ねぎ みそ)	おかし	
29	木	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	筑前煮風 胡瓜の和え物	筑前煮風 胡瓜とわかめの和え物	鶏肉 大根 人参 いんげん 胡瓜(わかめ ジャコ)	おかし	
30	金	こしがゆ(おもゆ) 南瓜のペースト	あんかけごはん サラダ	あんかけごはん サラダ	鶏肉 玉ねぎ 人参 南瓜 なす オクラ パプリカ レタス 胡瓜 トマト(ジャコ)	チーズトースト	
31	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	おじや	おじや	鶏肉 胡瓜 もやし 人参	おかし	

※7・8はおかゆ、9～11は軟飯が主食です おやつは後期のみです。
 ()は9～11のみの食材です。※月齢で異なる時もあります。
 食材の状況により変更する場合があります。

