



8 月 離 乳 食 献 立 予 定 表

松寺こども園

日 曜	中期(7~8ヶ月) 舌でつぶせる固さ 全がゆ	後期(9~11ヶ月) 歯ぐきでつぶせる固さ 全がゆ~軟飯
1 金	おかゆ 煮野菜(人参 さつま芋) 煮豆腐 野菜スープ	ごはん ハンバーグ(豚挽肉 パン粉) ひじきの煮物(ひじき 人参 玉ねぎ じゃが芋) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴 わかめ)
2 土	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ) 煮魚 野菜スープ	ごはん 煮魚 サラダ(じゃが芋 人参 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
4 月	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ) 煮豆腐 野菜スープ	ごはん ミートボール(鶏挽肉 パン粉) スパゲティ煮(スパゲティ 玉ねぎ 人参シーチキン) 味噌汁(人参 玉ねぎ じゃが芋)
5 火	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ じゃが芋) 煮魚 野菜スープ	ごはん 豆腐と挽肉の炒め煮(木綿豆腐 豚挽肉) サラダ(じゃが芋 人参 きゅうり マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
6 水	おかゆ 煮野菜(人参 ブロッコリー) 高野豆腐すりおろし 野菜スープ	ごはん 魚の照り焼き(カレイ) 和え物(ブロッコリー 人参 胡瓜) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
7 木	おかゆ 煮野菜(南瓜 玉ねぎ) 煮豆腐 野菜スープ	ごはん 豆腐ステーキそぼろあんかけ(木綿豆腐 豚挽肉) 煮物(南瓜 人参) 味噌汁(人参 玉ねぎ 茄子)
8 金	おかゆ 煮野菜(人参 ブロッコリー 玉ねぎ) 煮魚 野菜スープ	ごはん ハンバーグ(鶏挽肉 パン粉) サラダ(ブロッコリー 人参 胡瓜 マカロニ マヨネーズ) 味噌汁(人参 じゃが芋 玉ねぎ)
9 土	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ) 煮豆腐 野菜スープ	ごはん 煮魚 ツナじゃが(人参 じゃが芋 玉ねぎ シーチキン) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴) パナナ
12 火	おかゆ 煮野菜(煮野菜 玉ねぎ) 煮魚 野菜スープ	ごはん 炒り豆腐(木綿豆腐 鶏挽肉 人参 玉ねぎ) サラダ(春雨 人参 胡瓜 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ キャベツ)
13 水	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ じゃが芋) 高野豆腐すりおろし 野菜スープ	ごはん 魚のムニエル(鮭) ひじきの煮物(ひじき 人参 玉ねぎ じゃが芋) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
14 木	おかゆ 煮野菜(南瓜 玉ねぎ) 煮魚 野菜スープ	ごはん ミートボール(豚挽肉 パン粉) サラダ(南瓜 人参 胡瓜 マヨネーズ) 味噌汁(人参 玉ねぎ わかめ)
15 金	キャロットがゆ(人参 しらす) 野菜スープ(人参 玉ねぎ)	キャロットがゆ(人参 しらす) 野菜スープ(人参 玉ねぎ)
16 土	おかゆ 野菜スープ(人参 玉ねぎ しらす)	おかゆ 野菜スープ(人参 玉ねぎ しらす)
18 月	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ) 煮豆腐 野菜スープ	ごはん ミートボール(鶏挽肉 パン粉) スパゲティ煮(スパゲティ 玉ねぎ 人参 シーチキン) 味噌汁(人参 玉ねぎ じゃが芋)
19 火	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ じゃが芋) 煮魚 野菜スープ	ごはん 豆腐と挽肉の炒め煮(木綿豆腐 豚挽肉) サラダ(じゃが芋 人参 きゅうり マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
20 水	おかゆ 煮野菜(人参 ブロッコリー) 高野豆腐すりおろし 野菜スープ	ごはん 魚の照り焼き(カレイ) 和え物(ブロッコリー 人参 胡瓜) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
21 木	おかゆ 煮野菜(南瓜 玉ねぎ) 煮豆腐 野菜スープ	ごはん 豆腐ステーキそぼろあんかけ(木綿豆腐 豚挽肉) 煮物(南瓜 人参) 味噌汁(人参 玉ねぎ 茄子)
22 金	おかゆ 煮野菜(人参 ブロッコリー 玉ねぎ) 煮魚 野菜スープ	ごはん ハンバーグ(鶏挽肉 パン粉) サラダ(ブロッコリー 人参 胡瓜 マカロニ マヨネーズ) 味噌汁(人参 じゃが芋 玉ねぎ)
23 土	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ) 煮豆腐 野菜スープ	ごはん 煮魚 炒め物(人参 キャベツ じゃが芋) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
25 月	おかゆ 煮野菜(煮野菜 玉ねぎ) 煮魚 野菜スープ	ごはん 炒り豆腐(木綿豆腐 鶏挽肉 人参 玉ねぎ) サラダ(春雨 人参 胡瓜 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ キャベツ)
26 火	おかゆ 煮野菜(人参 さつま芋) 煮豆腐 野菜スープ	ごはん ハンバーグ(豚挽肉 パン粉) ひじきの煮物(ひじき 人参 玉ねぎ じゃが芋) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴 わかめ)
27 水	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ じゃが芋) 煮魚 野菜スープ	ごはん 豆腐と挽肉の炒め物(木綿豆腐 鶏挽肉) 煮物(人参 じゃが芋 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
28 木	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ じゃが芋) 高野豆腐すりおろし 野菜スープ	ごはん 魚のムニエル(鮭) ひじきの煮物(ひじき 人参 玉ねぎ じゃが芋) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
29 金	おかゆ 煮野菜(南瓜 玉ねぎ) 煮魚 野菜スープ	ごはん ミートボール(豚挽肉 パン粉) サラダ(南瓜 人参 胡瓜 マヨネーズ) 味噌汁(人参 玉ねぎ わかめ)
30 土	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ) 煮魚 野菜スープ	ごはん 煮魚 ビーフン炒め(人参 玉ねぎ 豚挽肉 ビーフン) 味噌汁(人参 玉ねぎ キャベツ) パナナ

※後期食のサラダ等に使用するマヨドレは、卵不使用マヨネーズ仕様の調味料です。
魚はカラスカレイを使用します。材料の都合により献立内容を変更することがあります。

