



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 ジャガイモ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麩 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(ジャガイモ 人参 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麩)
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 ジャガイモ)
5	火	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ ジャガイモ) 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(ジャガイモ 人参 きゅうり マヨネーズ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麩)
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 おつゆ麩)
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 ジャガイモ 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 シナジヤガ(人参 ジャガイモ 玉ねぎ シーチキン) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麩) バナナ
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 ジャガイモ) 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 ジャガイモ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麩)
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 ジャガイモ)
19	火	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ ジャガイモ) 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(ジャガイモ 人参 きゅうり マヨネーズ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麩)
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 おつゆ麩)
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 ジャガイモ 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 ジャガイモ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麩)
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 ジャガイモ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麩 わかめ)
27	水	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ ジャガイモ) 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 ジャガイモ 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麩)
28	木	おかゆ 煮野菜(人参 玉ねぎ ジャガイモ) 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 ジャガイモ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麩)
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) バナナ

※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。

