



8 月 離 乳 食 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 全粥	後期(9か月~11か月) 歯ぐきで潰せる固さ 全粥~軟飯
1	土	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 肉じゃが(じゃがいも 人参 玉ねぎ 豚ひき肉) 魚の塩焼き(カラスカレイ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
3	月	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 豆腐の照り焼き(木綿豆腐) 和え物(キャベツ シーチキン 人参 もやし ほうれん草)味噌汁(人参 玉ねぎ わかめ)
4	火	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 魚のゆかり焼き(カラスカレイ ゆかり粉) マカロニサラダ(マカロニ 人参 きゅうり シーチキン マヨドレ) スープ(レタス 玉ねぎ 人参)
5	水	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 豆腐の磯辺焼き(木綿豆腐 青のり) ひじき煮(ひじき 人参 豚ひき肉) 味噌汁(冷凍豆腐 人参 玉ねぎ)
6	木	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 さつまいも)	軟飯 ミートボール煮(豚ひき肉 パン粉) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー 人参 シーチキン マヨドレ) すまし汁(人参 玉ねぎ なす)
7	金	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 さつまいも)	軟飯 ポトフ(さつまいも 人参 玉ねぎ 豚ひき肉) 煮魚(カラスカレイ) 春雨の和え物(春雨 人参 シーチキン マヨドレ)
8	土	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 魚のゆかり焼き(カラスカレイ ゆかり粉) ポテトサラダ(じゃがいも 人参 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
10	月	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 魚のマヨドレ焼き(カラスカレイ マヨドレ) 春雨炒め(春雨 人参 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
12	水	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 さつまいも)	軟飯 ハンバーグ(豚ひき肉 パン粉) 切干大根の煮物(切干大根 人参 しらす) 味噌汁(さつまいも 白菜 人参)
13	木	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 ミートボール煮(豚ひき肉 パン粉) スパゲッティー(スパゲッティー シーチキン 玉ねぎ 人参) スープ(キャベツ もやし 人参)
14	金	キャロットがゆ 野菜スープ(人参 玉ねぎ)	キャロットがゆ 野菜スープ(人参 玉ねぎ)
15	土	キャロットがゆ 野菜スープ(人参 玉ねぎ)	キャロットがゆ 野菜スープ(人参 玉ねぎ)
17	月	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 豆腐の照り焼き(木綿豆腐) 和え物(キャベツ シーチキン 人参 もやし ほうれん草)味噌汁(人参 玉ねぎ わかめ)
18	火	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 魚のゆかり焼き(カラスカレイ ゆかり粉) マカロニサラダ(マカロニ 人参 きゅうり シーチキン マヨドレ) スープ(レタス 玉ねぎ 人参)
19	水	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 豆腐の磯辺焼き(木綿豆腐 青のり) ひじき煮(ひじき 人参 豚ひき肉) 味噌汁(冷凍豆腐 人参 玉ねぎ)
20	木	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 ブロッコリー)	軟飯 ミートボール煮(豚ひき肉 パン粉) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー 人参 シーチキン マヨドレ) すまし汁(人参 玉ねぎ なす)
21	金	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 さつまいも)	軟飯 ポトフ(さつまいも 人参 玉ねぎ 豚ひき肉) 煮魚(カラスカレイ) 春雨の和え物(春雨 人参 シーチキン マヨドレ)
22	土	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 魚のゆかり焼き(カラスカレイ ゆかり粉) ポテトサラダ(じゃがいも 人参 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
24	月	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 魚のマヨドレ焼き(カラスカレイ マヨドレ) 春雨炒め(春雨 人参 玉ねぎ) 味噌汁(人参 玉ねぎ おつゆ麴)
25	火	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 さつまいも)	軟飯 ハンバーグ(豚ひき肉 パン粉) 切干大根の煮物(切干大根 人参 しらす) 味噌汁(さつまいも 白菜 人参)
26	水	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 さつまいも)	軟飯 ミートボール煮(豚ひき肉 パン粉) スパゲッティー(スパゲッティー シーチキン 玉ねぎ 人参) スープ(キャベツ もやし 人参)
27	木	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 炒り豆腐(木綿豆腐 白菜 人参 豚ひき肉) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー 人参 マヨドレ) 味噌汁(人参 玉ねぎ わかめ)
28	金	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 煮魚 春雨炒め(春雨 豚ひき肉 人参 もやし) 味噌汁(大根 人参 玉ねぎ)
29	土	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 玉ねぎ)	軟飯 煮豆腐 ポテトサラダ(じゃがいも 人参 キャベツ マヨドレ) 味噌汁(人参 おつゆ麴 玉ねぎ)
31	月	おかゆ 野菜スープ 煮野菜(人参 ブロッコリー)	軟飯 ハンバーグ(鶏ひき肉 パン粉) ブロッコリーサラダ(ブロッコリー 人参 シーチキン マヨドレ) 味噌汁(じゃがいも 人参 おつゆ麴)

※おやつは1歳からになります。0歳児は離乳食の進行具合や食事内容を検討しながら、おやつの内容を決めていますので献立予定表の限りではありません。また材料の都合により献立内容を変更することがあります。
 ※マヨドレは大豆から作られたマヨネーズタイプのドレッシングです。卵不使用です。魚はカラスカレイを使用しています。