

# 2019年 8月献立表 (離乳食)

日 曜	午前食	主な材料	午後食 ( )内は、主な材料です。	日 曜	午前食	主な材料	午後食 ( )内は、主な材料です。
1 木	軟飯 魚のちゃんちゃん焼き 人参スティック	米 白身魚 キャベツ 玉ねぎ しめじ 人参	赤ちゃんりんごわらび餅 (りんご 片栗粉)	17 土	軟飯 ツナとキャベツのうま煮 トマトスープ	米 ツナ キャベツ 人参 玉ねぎ トマト	コーンマカロニ (マカロニ コーン)
2 金	軟飯 白菜のクリーム煮 ほうれん草の煮浸し	米 ツナ 白菜 人参 椎茸 ほうれん草	煮込みうどん (うどん 鶏肉 人参 白菜)	19 月	軟飯 魚のちゃんちゃん焼き 人参スティック	米 白身魚 キャベツ 玉ねぎ しめじ 人参	ツナとほうれん草のスパゲティ (スパゲティ ツナ ほうれん草 玉ねぎ)
3 土	軟飯 根菜の煮もの 小松菜のみそ汁	米 鶏肉 人参 大根 小松菜 椎茸	かぼちゃの茶巾しぼり (かぼちゃ)	20 火	軟飯 白菜のクリーム煮 ほうれん草の煮浸し	米 ツナ 白菜 人参 椎茸 ほうれん草	りんごかん (りんご 寒天)
5 月	軟飯 魚のトマトソースがけ かぼちゃグラッセ	米 白身魚 トマト 人参 しめじ かぼちゃ	のりポテト (じゃがいも 青のり)	21 水	軟飯 煮魚 ブロッコリーのやわらか煮	米 白身魚 かぼちゃ 人参 ブロッコリー	トマトリゾット (米 ツナ トマト しめじ)
6 火	軟飯 大豆の煮もの じゃがいもスティック	米 大豆水煮 人参 しめじ 三度豆 じゃがいも	赤ちゃんラスク (パン)	22 木	軟飯 魚のトマトソースがけ かぼちゃグラッセ	米 白身魚 トマト 人参 しめじ かぼちゃ	ふかしいも (さつまいも)
7 水	軟飯 煮魚 ブロッコリーのやわらか煮	米 白身魚 かぼちゃ 人参 ブロッコリー	かつおごはん (米 かつおぶし)	23 金	軟飯 大豆の煮もの じゃがいもスティック	米 大豆水煮 人参 しめじ 三度豆 じゃがいも	にゅうめん (そうめん 鶏肉 人参 白菜 椎茸)
8 木	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 三度豆のおかか和え	米 鶏肉 高野豆腐 玉ねぎ 三度豆 人参 かつおぶし	赤ちゃんミルクわらび餅 (粉ミルク 片栗粉)	24 土	軟飯 根菜の煮もの 小松菜のみそ汁	米 鶏肉 人参 大根 小松菜 椎茸	トマトかん (トマト 寒天)
9 金	軟飯 豆腐のおろしがけ しろ菜の煮浸し	米 豆腐 大根 キャベツ 人参 しろ菜 えのき	トマトマカロニ (マカロニ 鶏肉 トマト 玉ねぎ)	26 月	軟飯 豆腐のおろしがけ しろ菜の煮浸し	米 豆腐 大根 キャベツ 人参 しろ菜 えのき	かぼちゃのお焼き (かぼちゃ 片栗粉)
10 土	軟飯 豆腐の中華煮 キャロットスープ	米 豆腐 人参 椎茸 玉ねぎ 人参	粉ふきいも (じゃがいも パセリ)	27 火	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 三度豆のおかか和え	米 鶏肉 高野豆腐 玉ねぎ 三度豆 人参 かつおぶし	ジャムサンド (パン 苺ジャム)
13 火	軟飯 ポトフ さつまいもスティック	米 鶏肉 キャベツ 人参 玉ねぎ パセリ さつまいも	さつまいものレモン風味 (さつまいも レモン)	28 水	軟飯 魚のコーンソースがけ チンゲン菜のツナ煮	米 白身魚 コーン 人参 ブロッコリー ツナ チンゲン菜	じゃがいものお焼き (じゃがいも 片栗粉)
14 水	軟飯 魚のコーンソースがけ チンゲン菜のツナ煮	米 白身魚 コーン 人参 ブロッコリー ツナ チンゲン菜	わかめごはん (米 しらす干し わかめ)	29 木	軟飯 魚のみそ煮 粉ふきいも	米 白身魚 人参 しめじ 小松菜 じゃがいも	そぼろごはん (米 鶏肉 三度豆)
15 木	軟飯 ツナじゃが 小松菜の磯辺煮	米 ツナ じゃがいも 人参 玉ねぎ ひじき 小松菜	いもようかん (さつまいも 寒天)	30 金	軟飯 大根とかぼちゃのツナあんかけ 二色サラダ	米 ツナ 大根 かぼちゃ 人参 三度豆	りんごのコンポート (りんご)
16 金	軟飯 魚のみそ煮 粉ふきいも	米 白身魚 人参 しめじ 小松菜 じゃがいも	カレー風味マカロニ (マカロニ ツナ 玉ねぎ 人参)	31 土	軟飯 豆腐の中華煮 キャロットスープ	米 豆腐 人参 椎茸 玉ねぎ 人参	スイートポテト (さつまいも)

★この献立は後期食を基準に作成しています。お子様の成長に合わせて 食材・調理形態などを調整いたしますので、クラス担任にご相談ください。

★後期食については、午前食に果物がついています。

★調味料は記載していませんが、中期食より使用しています。

聖和乳幼児保育センター