

# 2020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 土	軟飯 豆腐のそぼろ煮 小松菜のみそ汁	米 豆腐 鶏肉 人参 椎茸 小松菜	かぼちゃのお焼き (かぼちゃ 片栗粉)	18 火	軟飯 魚の野菜あんかけ ブロッコリーのやわらか煮	米 白身魚 人参 玉ねぎ ほうれん草 ブロッコリー	ほうれん草としらすの おにぎり (米 ほうれん草 しらす干し)
3 月	軟飯 冬瓜のとろとろ煮 キャベツのおかか和え	米 鶏肉 冬瓜 しめじ キャベツ 人参 かつおぶし	いもようかん (さつまいも 寒天)	19 水	軟飯 高野豆腐の含め煮 温サラダ	米 高野豆腐 鶏肉 しめじ キャベツ 人参	のりポテト (じゃがいも 青のり)
4 火	軟飯 魚の野菜あんかけ ブロッコリーのやわらか煮	米 白身魚 人参 玉ねぎ ほうれん草 ブロッコリー	わかめと人参のごはん (米 わかめ 人参)	20 木	軟飯 かぼちゃのカレー風煮 しる菜の煮浸し	米 ツナ かぼちゃ 玉ねぎ カレー粉 しらす干し しる菜	さつまいもごはん (米 さつまいも)
5 水	軟飯 高野豆腐の含め煮 温サラダ	米 高野豆腐 鶏肉 しめじ キャベツ 人参	苺ジャムロールパン (パン 苺ジャム)	21 金	軟飯 魚のおろしあんかけ キャベツのトマト煮	米 白身魚 大根 人参 ブロッコリー キャベツ トマト	野菜蒸しパン (ホットケーキミックス 人参 ブロッコリー)
6 木	軟飯 かぼちゃのカレー風煮 しる菜の煮浸し	米 ツナ かぼちゃ 玉ねぎ カレー粉 しらす干し しる菜	米粉の蒸しパン (米粉の ホットケーキミックス)	22 土	軟飯 豆腐のそぼろ煮 小松菜のみそ汁	米 豆腐 鶏肉 人参 椎茸 小松菜	じゃがいものお焼き (じゃがいも 片栗粉)
7 金	軟飯 魚のおろしあんかけ キャベツのトマト煮	米 白身魚 大根 人参 ブロッコリー キャベツ トマト	赤ちゃんりんご わらび餅 (りんご 片栗粉)	24 月	軟飯 ツナとキャベツのうま煮 じゃがいもスティック	米 ツナ キャベツ 人参 えのき じゃがいも	さつまいものレモン煮 (さつまいも レモン果汁)
8 土	軟飯 鶏じゃが トマトスープ	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ トマト	グリーンピースごはん (米 グリーンピース)	25 火	軟飯 さつまいものそぼろ煮 人参スティック	米 鶏肉 さつまいも 三度豆 人参	赤ちゃんラスク (パン)
11 火	軟飯 ツナとキャベツのうま煮 じゃがいもスティック	米 ツナ キャベツ 人参 えのき じゃがいも	りんごかん (りんご 寒天)	26 水	軟飯 カレーポトフ ほうれん草のお浸し	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ しめじ カレー粉 ほうれん草	そぼろご飯 (米 鶏肉)
12 水	軟飯 カレーポトフ ほうれん草のお浸し	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ しめじ カレー粉 ほうれん草	かつおごはん (米 かつおぶし)	27 木	軟飯 魚のトマトソースがけ 粉ふきいも	米 白身魚 トマト 人参 玉ねぎ じゃがいも パセリ	きな粉マカロニ (マカロニ きな粉)
13 木	軟飯 さつまいものそぼろ煮 人参スティック	米 鶏肉 さつまいも 三度豆 人参	米粉パンの 苺ジャムサンド (米粉パン 苺ジャム)	28 金	軟飯 魚のカレー風味 マカロニサラダ風	米 白身魚 カレー粉 小松菜 しめじ マカロニ 人参 三度豆 玉ねぎ	りんごのコンポート (りんご)
14 金	軟飯 魚のトマトソースがけ 粉ふきいも	米 白身魚 トマト 人参 玉ねぎ じゃがいも パセリ	きのこリゾット (米 鶏肉 しめじ えのき 人参)	29 土	軟飯 鶏じゃが トマトスープ	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ トマト	スイートポテト (さつまいも)
15 土	軟飯 煮豆腐 かぼちゃの煮もの	米 豆腐 しめじ 三度豆 人参 かぼちゃ	トマトマカロニ (マカロニ トマト 鶏肉 玉ねぎ)	31 月	軟飯 豆腐のみそ煮 さつまいもスティック	米 豆腐 三度豆 人参 えのき さつまいも	にゅうめん (そうめん 鶏肉 椎茸 人参 三度豆)
17 月	軟飯 冬瓜のとろとろ煮 キャベツのおかか和え	米 鶏肉 冬瓜 しめじ キャベツ 人参 かつおぶし	煮込みうどん (うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ 椎茸)				

★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。