

8月 離乳食 献立表

令和4年

きららうえばる保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	おやつ (3回食から)	※
1	月	初期 中期 後期	つぶし粥 じゃが芋のミルク煮 マッシュ トマトペースト 豆腐のすまし汁 果汁 全粥 じゃが芋のつぶしミルク煮 つぶし野菜サラダ 豆腐のすまし汁 果物 軟飯 じゃが芋のミルク煮 野菜サラダ 豆腐のすまし汁 果物	おじや じゃが芋のみそ汁	※ 食物アレルギーの有無を確認するために、家庭で食べた事がない食材は、園では提供致しません。子どもの安全を守るため食材チェックは必ず行ってください。
2	火	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し ほうれん草マッシュ キャベツスープ 果汁 全粥 魚の野菜つぶし煮 ほうれん草のつぶし白和え キャベツのみそ汁 果物 軟飯 魚の野菜煮 ほうれん草の白和え キャベツのみそ汁 果物	おじや 豆腐のすまし汁	
3	水	初期 中期 後期	つぶし粥 じゃが芋ペースト ブロッコリーペースト 小松菜スープ 果汁 全粥 つぶし肉じゃが ブロッコリーつぶしサラダ 小松菜のみそ汁 果物 軟飯 肉じゃが ブロッコリーサラダ 小松菜のみそ汁 果物	じゃが芋おやき	
4	木	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト つぶしサラダ オニオンスープ 果汁 全粥 ささみのつぶしトマト煮 つぶしサラダ オニオンスープ 果物 軟飯 ささみのトマト煮 サラダ オニオンスープ 果物	鮭おにぎり 胡瓜スティック	
5	金	初期 中期 後期	つぶし粥 豆腐のすり流し マッシュポテト すましスープ 果汁 全粥 豆腐のつぶし煮 つぶしポテトサラダ ソーメン汁 果物 軟飯 豆腐の煮物 ポテトサラダ ソーメン汁 果物	豆腐おやき	
6	土	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 白菜スープ 果汁 全粥 鶏肉つぶし煮 おろし胡瓜あえ 白菜のみそ汁 果物 軟飯 鶏肉の煮物 胡瓜の和え物 白菜のみそ汁 果物	南瓜おやき	
8	月	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツサラダマッシュ ほうれん草スープ 果物 全粥 ささみと野菜のつぶし煮 つぶしキャベツサラダ ほうれん草スープ 果物 軟飯 ささみと野菜煮物 キャベツサラダ ほうれん草スープ 果物	ささみおじや キャベツスープ	
9	火	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し 南瓜ペースト 豆腐のすり流し汁 果汁 全粥 魚の野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁 ヨーグルトあえ 軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁 ヨーグルトあえ	南瓜おじや じゃが芋スープ	
10	水	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し 人参ペースト 野菜スープ 果汁 全粥 魚のつぶし野菜煮 つぶし胡瓜の和え物 野菜スープ 果物 軟飯 魚の野菜煮 胡瓜の和え物 野菜スープ 果物	りんごパンケーキ	
12	金	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し 人参ペースト 冬瓜スープ 果汁 全粥 魚のつぶし野菜煮 人参つぶし煮 冬瓜のみそ汁 果物 軟飯 魚の野菜煮 人参いり豆腐 冬瓜のみそ汁 果物	おじや 豆腐のみそ汁	
13	土	初期 中期 後期	つぶし粥 豆腐の野菜ペースト 南瓜ペースト 大根スープ 果汁 全粥 豆腐のつぶし煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁 果物 軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁 果物	南瓜かゆ 豆腐のすまし汁	
15	月	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト ほうれん草あえマッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁 全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 つぶしほうれん草あえ 豆腐のすまし汁 果物 軟飯 鶏肉の野菜煮 ほうれん草の和え物 豆腐のすまし汁 果物	ほうれん草おじや じゃが芋スープ	
16	火	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のつぶし野菜煮 人参ペースト すましスープ 果汁 全粥 魚のつぶし野菜煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐 果物 軟飯 魚の野菜煮 人参炒め煮 ゆし豆腐 果物	お好み焼き	
17	水	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のつぶし煮 ブロッコリーサラダマッシュ オニオンスープ 果汁 全粥 魚の野菜つぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ オニオンスープ 果物 軟飯 魚の野菜煮 ブロッコリーサラダ オニオンスープ 果物	おじや じゃが芋スープ	
18	木	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し さつま芋サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁 全粥 魚のつぶし野菜煮 さつま芋つぶしサラダ 豆腐のすまし汁 果物 軟飯 魚の野菜煮 さつま芋サラダ 豆腐のすまし汁 果物	バナナパンケーキ	
19	金	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト 豆腐のすり流し オニオンスープ 果汁 全粥 鶏肉のつぶしトマト煮 豆腐のつぶし煮 オニオンスープ 果物 軟飯 鶏肉のトマト煮 豆腐のいり煮 オニオンスープ 果物	さつま芋おじや オニオンスープ	
20	土	初期 中期 後期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 小松菜あえマッシュ 白菜スープ 果汁 全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶし小松菜あえ 白菜スープ 果物 軟飯 魚の野菜煮物 小松菜の和え物 白菜スープ 果物	ツナおじや 小松菜のみそ汁	
22	月	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト じゃが芋マッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁 全粥 ささみのつぶし野菜煮 つぶしポテトサラダ 豆腐のみそ汁 果物 軟飯 ささみの野菜煮 ポテトサラダ 豆腐のみそ汁 果物	じゃが芋おやき	
23	火	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し 人参ペースト すましスープ 果汁 全粥 魚のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐 果物 軟飯 魚のおろし煮 人参きんぴら ゆし豆腐 果物	にゅうめん	
24	水	初期 中期 後期	つぶし粥 南瓜ペースト 和え物マッシュ すまし汁 果汁 全粥 鶏肉のつぶし煮 つぶし和え物 うどん汁 果物 軟飯 鶏肉の煮物 和え物 うどん汁 果物	おじや 南瓜スープ	
25	木	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し 野菜ペースト オニオンスープ 果汁 全粥 魚のつぶし煮 つぶし野菜煮 オニオンスープ 果物 軟飯 魚の煮つけ 野菜煮 オニオンスープ 果物	ヨーグルトあえ ビスケット	
26	金	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜サラダマッシュ 大根スープ 果汁 全粥 ささみと野菜のつぶし煮 南瓜サラダ 大根スープ 果物 軟飯 ささみの野菜煮 南瓜サラダ 大根スープ 果物	おじや じゃが芋のみそ汁	
27	土	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し キャベツの和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁 全粥 魚の野菜つぶし煮 つぶしキャベツの和え物 豆腐のみそ汁 果物 軟飯 魚の野菜煮 キャベツの和え物 豆腐のみそ汁 果物	チーズパンケーキ	
29	月	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚のすり流し 人参ペースト すましスープ 果汁 全粥 鮭のつぶし野菜煮 切干大根つぶし煮 うどん汁 果物 軟飯 鮭の野菜煮 切干大根柔らか煮 うどん汁 果物	さつま芋おやき	
30	火	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト ポテトサラダ ミルクスープ 果汁 全粥 鶏肉の野菜つぶし煮 つぶしポテトサラダ ミルクスープ 果物 軟飯 鶏肉の野菜煮 ポテトサラダ ミルクスープ 果物	バナナ パンケーキ	
31	水	初期 中期 後期	つぶし粥 冬瓜の煮物 トマトマッシュ じゃが芋スープ 果汁 全粥 冬瓜のつぶし煮 つぶしトマトサラダ じゃが芋スープ 果物 軟飯 冬瓜の煮物 トマトサラダ じゃが芋スープ 果物	トマトおじや 冬瓜スープ	

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。
※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。