



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)	果物	おやつ (3回食から)	※ 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。
1	火	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し 和え物マッシュ キャベツスープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶし和え物 キャベツのみそ汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 和え物 キャベツのみそ汁		バナナ果汁 バナナ	おじゃ 豆腐のすまし汁	
2	水	初期 つぶし粥 じゃが芋の煮物マッシュ 豆腐の人参のすり流し 小松菜スープ 中期 全粥 つぶし肉じゃが 豆腐と人参のつぶし煮 小松菜のみそ汁 後期 軟飯 肉じゃが 豆腐と人参の煮物 小松菜のみそ汁		オレンジ果汁 オレンジ	じゃが芋おやき	
3	木	初期 つぶし粥 野菜ペースト サラダマッシュ オニオンスープ 中期 全粥 ささみとトマトのつぶし煮 オニオンスープ 後期 軟飯 ささみのトマト煮 サラダ オニオンスープ		バナナ果汁 バナナ	鮭おじゃ 鶏スープ	
4	金	初期 つぶし粥 白身魚のすり流し 豆腐のいり煮マッシュ すましスープ 中期 全粥 白身魚のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 うどん汁 後期 軟飯 白身魚の煮物 豆腐のいり煮 うどん汁		りんご果汁 りんご	豆腐おやき	
5	土	初期 つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 大根スープ 中期 全粥 鶏肉のつぶし煮 胡瓜のおろしあえ 大根のみそ汁 後期 軟飯 鶏肉の煮物 胡瓜の和え物 大根のみそ汁		バナナ果汁 バナナ	鶏おじゃ 南瓜スープ	
7	月	初期 つぶし粥 野菜ペースト キャベツサラダマッシュ 小松菜スープ 中期 全粥 ささみと野菜のつぶし煮 キャベツつぶしサラダ 小松菜スープ 後期 軟飯 ささみと野菜の煮物 キャベツサラダ 小松菜スープ		オレンジ果汁 オレンジ	じゃが芋おやき	
8	火	初期 つぶし粥 魚のミルク煮すり流し 南瓜ペースト 白菜スープ 中期 全粥 魚のつぶしミルク煮 南瓜の煮物 白菜のみそ汁 後期 軟飯 魚のミルク煮 南瓜の煮物 白菜のみそ汁		バナナ果汁 バナナ	南瓜おじゃ オニオンスープ	
9	水	初期 つぶし粥 野菜ペースト 豆腐と野菜のすり流し 大根スープ 中期 納豆全粥 ささみとトマトのつぶし煮 豆腐と野菜のつぶし煮 大根のみそ汁 後期 納豆軟飯 ささみのトマト煮 豆腐と野菜煮 大根のみそ汁		オレンジ果汁 オレンジ	ササミおじゃ 豆腐のすまし汁	
10	木	初期 つぶし粥 冬瓜のすり流し トマトサラダマッシュ 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 冬瓜のつぶし煮 つぶしトマトサラダ 豆腐のみそ汁 後期 軟飯 冬瓜の煮物 トマトサラダ 豆腐のみそ汁		バナナ果汁 ヨーグルトあえ	トマトおじゃ 冬瓜スープ	
12	土	初期 つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し さつま芋ペースト 大根スープ 中期 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 さつま芋の煮物 大根のみそ汁 後期 軟飯 豆腐と野菜の煮物 さつま芋の煮物 大根のみそ汁		バナナ果汁 バナナ	さつま芋粥 豆腐のすまし汁	
14	月	初期 つぶし粥 野菜ペースト 南瓜マッシュ 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁 後期 軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜の煮物 豆腐のすまし汁		バナナ果汁 スイカ	鶏おじゃ じゃが芋スープ	
15	火	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト すましスープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 ゆし豆腐 後期 軟飯 魚の野菜煮 さつま芋の煮物 ゆし豆腐		りんご果汁 りんご	トマトおじゃ さつま芋スープ	
16	水	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し キャベツ和え物マッシュ オニオンスープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 キャベツのつぶしあえ オニオンスープ 後期 軟飯 魚の野菜煮 キャベツの和え物 オニオンスープ		オレンジ果汁 オレンジ	おじゃ じゃが芋スープ	
17	木	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしさつま芋サラダ 豆腐のすまし汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 さつま芋サラダ 豆腐のすまし汁		バナナ果汁 バナナ	バナナパンケーキ	
18	金	初期 つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 人参と豆腐の煮物マッシュ 冬瓜スープ 中期 全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 人参と豆腐のつぶし煮 冬瓜のみそ汁 後期 軟飯 白身魚の野菜煮 人参いり豆腐 冬瓜のみそ汁		りんご果汁 りんご	おじゃ 豆腐のみそ汁	
19	土	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し 小松菜の和え物マッシュ 白菜スープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし和え 白菜スープ 後期 軟飯 魚と野菜の煮物 小松菜の和え物 白菜スープ		バナナ果汁 バナナ	ツナおじゃ 小松菜のみそ汁	
21	月	初期 つぶし粥 野菜ペースト ポテトサラダマッシュ ミルクスープ 中期 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ ミルクスープ 後期 軟飯 鶏肉の野菜煮 ポテトサラダ ミルクスープ		りんご果汁 りんご	りんごパンケーキ	
22	火	初期 つぶし粥 魚のすり流し 人参ペースト 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 魚のつぶし煮 人参つぶし煮 豆腐のみそ汁 後期 軟飯 魚のおろし煮 人参きんぴら 豆腐のみそ汁		オレンジ果汁 オレンジ	にゅうめん	
23	水	初期 つぶし粥 野菜ペースト 大根ペースト 小松菜スープ 中期 全粥 鶏肉のつぶし煮 大根のつぶしあえ つぶしうどん汁 後期 軟飯 鶏肉の煮物 大根の和え物 うどん汁		バナナ果汁 ヨーグルトあえ	おじゃ 南瓜スープ	
24	木	初期 つぶし粥 魚のすり流し 野菜ペースト すましスープ 中期 全粥 魚のつぶし煮 野菜つぶし煮 ゆし豆腐 後期 軟飯 魚の煮つけ 野菜煮 ゆし豆腐		バナナ果汁 バナナ	みかんパンケーキ	
25	金	初期 つぶし粥 野菜ペースト 南瓜サラダマッシュ 大根スープ 中期 全粥 ささみと野菜のつぶし煮 つぶし南瓜サラダ 大根スープ 後期 軟飯 ささみの野菜煮 南瓜サラダ 大根スープ		オレンジ果汁 オレンジ	おじゃ じゃが芋のみそ汁	
26	土	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し キャベツの和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 キャベツのつぶし和え みそ汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 キャベツの和え物 みそ汁		バナナ果汁 バナナ	鮭おじゃ キャベツスープ	
28	月	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜の煮物 野菜スープ 中期 全粥 魚の野菜つぶし煮 南瓜の煮物 野菜スープ 後期 軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 野菜スープ		バナナ果汁 スイカ	バナナパンケーキ	
29	火	初期 つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 人参ペースト すましスープ 中期 全粥 鮭と野菜のつぶし煮 切干大根のつぶし煮 ソーメン汁 後期 軟飯 鮭の野菜煮 切干大根の柔らか煮 ソーメン汁		りんご果汁 りんご	ササミおじゃ オニオンスープ	
30	水	初期 つぶし粥 魚のすり流し 小松菜和えマッシュ オニオンスープ 中期 全粥 魚のつぶし煮 小松菜のつぶし和え オニオンスープ 後期 軟飯 魚の煮物 小松菜の白和え オニオンスープ		バナナ果汁 バナナ	ツナおじゃ 豆腐のすまし汁	
31	木	初期 つぶし粥 じゃが芋のミルク煮マッシュ 和え物ペースト 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 じゃが芋のつぶしミルク煮 つぶし和え物 豆腐のすまし汁 後期 軟飯 じゃが芋のミルク煮 和え物 豆腐のすまし汁		オレンジ果汁 オレンジ	おじゃ じゃが芋スープ	

※ 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。