





離乳食だより 前期

8月





	月	火	水	木	金	土
昼食	※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中にお菓子 (かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。			1 おかゆ 豆腐焼き 木綿豆腐・玉ねぎ・人参・だし 元気サラダ 胡瓜・キャベツ・コーン・トマト・だし 野菜汁 玉ねぎ・人参・だし	2 おかゆ ささみ煮 ささみ・だし 胡瓜の和え物 胡瓜・人参・だし すまし汁 玉ねぎ・だし・醤油・塩	3 おかゆ チキンボール ささみ・人参・玉ねぎ・コーン 缶・だし 野菜スープ 人参・玉ねぎ・ほうれん草・水
	5 おかゆ 白身魚煮 白身魚・だし キャベツペースト キャベツ・だし すまし汁 木綿豆腐・玉ねぎ・だし	6 おかゆ ほうれん草和え ほうれん草・人参・だし じゃが芋焼き じゃが芋・だし みそ汁 玉ねぎ・人参・だし	7 おかゆ 茄子のなべしぎ ささみ・茄子・だし 胡瓜和え 胡瓜・人参・だし すまし汁 人参・だし	8 おかゆ 鶏ささみ焼き 鶏ささみ・だし 小松菜ペースト 小松菜・だし じゃが芋汁 人参・じゃが芋・だし	9 おかゆ 鶏肉の煮物 ささみ・だし キャベツサラダ キャベツ・だし かぼちゃ汁 かぼちゃ・だし	10 おかゆ 鶏肉煮 ささみ・人参・だし けんちん汁 木綿豆腐・人参・だし
昼食	12 振替休日	13 お盆保育  おべんとうの日	14 お盆保育 おべんとうの日 	15 お盆保育  おべんとうの日	16 おかゆ 野菜炒め ささみ・玉ねぎ・かぼちゃ・なす・だし ほうれん草サラダ ほうれん草・人参・コーン・だし トマトスープ トマト・たまねぎ・だし	17 おかゆ 白身魚の煮つけ 白身魚・だし 豆腐汁 木綿豆腐・人参・玉ねぎ・さつま芋・だし
	19 おかゆ 白身魚焼き 白身魚・だし キャベツの和え物 キャベツ・人参・だし 人参汁 人参・だし	20 おかゆ 茄子とお肉煮 なす・ささみ・だし 胡瓜サラダ トマト・胡瓜・だし スープ 人参・玉ねぎ・だし	21 おかゆ ささみ煮 ささみ・だし 胡瓜ペースト 胡瓜・だし 野菜汁 じゃが芋・玉ねぎ・人参・だし	22 おかゆ 野菜炒め かぼちゃ・ささみ・玉ねぎ・だし 切干大根の煮物 切干大根・人参・だし みそ汁 玉ねぎ・木綿豆腐・だし	23 ♪誕生会♪ おかゆ ささみ煮 ささみ・人参・玉ねぎ・だし 人参サラダ 人参・キャベツ・胡瓜・だし スープ 玉ねぎ・コーン・だし	24 おかゆ ささみの煮もの ささみ・人参・だし 大根汁 人参・大根・だし
昼食	26 軟飯 野菜炒め ささみ・人参・ほうれん草・だし レタスサラダ レタス・人参・胡瓜・コーン・だし 豆腐スープ 木綿豆腐・だし	27 軟飯 白身魚煮 白身魚・だし ほうれん草和え ほうれん草・人参・だし 冬瓜汁 冬瓜・玉ねぎ・だし	28 軟飯 白身魚焼き 白身魚・だし 胡瓜の和えもの 胡瓜・人参・だし キャベツスープ キャベツ・人参・だし	29 軟飯 チャンプル 木綿豆腐・ささみ・人参・玉ねぎ・だし バイクドポテト じゃが芋・だし 人参汁 人参・だし	30 軟飯 豆腐焼き 豆腐・キャベツ・だし ほうれん草のごま和え ほうれん草・コーン・だし みそ汁 なす・人参・玉ねぎ・だし	31 軟飯 野菜煮 ささみ・白菜・人参・玉ねぎ・だし 野菜汁 人参・玉ねぎ・だし



離乳食だより 中期

8月




	月	火	水	木	金	土
昼食	※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中にお菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。					
				1 おかゆ 豆腐あんかけ ツナ・木綿豆腐・玉ねぎ・人参・塩・だし・砂糖・醤油・酒・みりん・片栗粉 元氣サラダ 胡瓜・キャベツ・コーン・トマト・かつお節・酢・醤油・砂糖・油 みそ汁 玉ねぎ・人参・長ねぎ・味噌	2 おかゆ 鶏の揚げ焼き ささみ・醤油・酒・片栗粉・油 胡瓜の和え物 胡瓜・人参・醤油・砂糖 すまし汁 玉ねぎ・長ねぎ・だし・醤油・塩	3 おかゆ チキンボール ささみ・人参・玉ねぎ・コーン缶・塩・コンソメ コンソメスープ 人参・玉ねぎ・ほうれん草・水・コンソメ・塩
昼食	5 おかゆ 白身魚の味噌煮 白身魚・味噌・みりん・砂糖 キャベツのごま和え キャベツ・ごま・醤油 すまし汁 木綿豆腐・玉ねぎ・だし・醤油・酒・塩	6 おかゆ ほうれん草の納豆和え ほうれん草・人参・ひきわり納豆・醤油 じゃが芋焼き じゃが芋・みりん・醤油 みそ汁 玉ねぎ・人参・だし・味噌	7 おかゆ 茄子とピーマンのなべしぎ ささみ・茄子・ピーマン・油・水・味噌・醤油・酒・砂糖・ごま 胡瓜のゆかり和え 胡瓜・人参・ゆかり・醤油 すまし汁 人参・だし・酒・醤油・塩	8 おかゆ 鶏ささみの揚げ焼き 鶏ささみ・醤油・みりん・片栗粉・油 彩りおかか和え かぶ菜・黄ピーマン・かつお節・醤油・砂糖 みそ汁 人参・じゃが芋・ねぎ・だし・味噌	9 おかゆ 鶏肉の煮物 ささみ・だし・醤油・みりん・砂糖 キャベツサラダ キャベツ・醤油・酢・砂糖 みそ汁 かぼちゃ・だし・味噌	10 おかゆ 鶏肉煮 ささみ・人参・だし・醤油・砂糖・みりん けんちん汁 木綿豆腐・人参・だし・醤油・塩・酒
	12 振替休日	13 お盆保育  おべんとうの日	14 お盆保育  おべんとうの日	15 お盆保育  おべんとうの日	16 おかゆ 野菜炒め ささみ・玉ねぎ・かぼちゃ・赤ピーマン・なす・醤油・みりん ほうれん草サラダ ほうれん草・人参・コーン・酢・砂糖・醤油 トマトスープ トマト・たまねぎ・水・コンソメ	17 おかゆ 白身魚の煮つけ 白身魚・醤油・みりん みそ汁 木綿豆腐・人参・玉ねぎ・さつま芋・だし・味噌
昼食	19 おかゆ 白身魚の味噌焼き 白身魚・味噌・みりん・砂糖・酒 キャベツの和え物 キャベツ・人参・醤油・砂糖 みそ汁 ねぎ・人参・だし・味噌	20 おかゆ マーボーなす なす・ささみ・ねぎ・人参・ごま油・醤油・味噌・片栗粉 胡瓜サラダ トマト・胡瓜・酢・砂糖・醤油・ごま・ごま油 中華スープ 人参・玉ねぎ・だし・醤油・ごま油・酒・塩	21 おかゆ レバー煮 鶏レバー・鶏もも肉・醤油・砂糖・酒 胡瓜の酢の物 胡瓜・しらす・酢・砂糖・塩 みそ汁 じゃが芋・玉ねぎ・人参・ねぎ・だし・味噌	22 おかゆ ささみ炒め かぼちゃ・ささみ・玉ねぎ・塩・醤油 切干大根の煮物 切干大根・人参・だし・醤油・砂糖・みりん みそ汁 玉ねぎ・木綿豆腐・だし・味噌	23 ♪誕生会♪ おかゆ ハンバーグ ささみ・人参・玉ねぎ・片栗粉・塩・ケチャップ 人参サラダ 人参・キャベツ・胡瓜・ごま・砂糖・酢・醤油 コンソメスープ 玉ねぎ・コーン・水・コンソメ・塩	24 おかゆ ささみの煮もの ささみ・人参・だし・醤油・砂糖・みりん みそ汁 人参・大根・だし・味噌
	26 軟飯 野菜の味噌炒め ささみ・人参・ほうれん草・ごま油・砂糖・米みそ・醤油 レタスサラダ レタス・人参・胡瓜・コーン・ツナ・酢・砂糖・醤油 豆腐スープ 木綿豆腐・ねぎ・だし・塩・ごま	27 軟飯 白身魚の燗煮 白身魚・青のり・醤油・みりん ツナ酢和え ほうれん草・人参・ツナ・酢・醤油・砂糖・ごま油 冬瓜のすまし汁 冬瓜・玉ねぎ・だし・醤油・塩	28 軟飯 白身魚の揚げ焼き 白身魚・塩・片栗粉・油 胡瓜の和えもの 胡瓜・人参・ごま・醤油 みそ汁 キャベツ・人参・だし・味噌	29 軟飯 チャンプル 木綿豆腐・ささみ・人参・玉ねぎ・醤油・砂糖・酒・ごま油 バイクドポテト じゃが芋・塩 みそ汁 切干大根・ねぎ・だし・味噌	30 軟飯 豆腐焼き 豆腐・キャベツ・塩・お酢・青のり・ごま油・醤油・砂糖 ほうれん草のごま和え ほうれん草・コーン・ごま・醤油 みそ汁 なす・人参・玉ねぎ・だし・味噌	31 軟飯 中華煮 ささみ・白菜・人参・玉ねぎ・だし・醤油・塩・ごま油・片栗粉 みそ汁 人参・玉ねぎ・だし・味噌



離乳食だより 後期

8月



	月	火	水	木	金	土
昼食	※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中にお菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。			1 軟飯 ツナ豆腐あんかけ ツナ・木綿豆腐・玉ねぎ・人参・ひじき・塩・だし・砂糖・醤油・酒・みりん・片栗粉 元気サラダ 胡瓜・キャベツ・コーン・トマト・刻み昆布・かつお節・酢・醤油・砂糖・油 みそ汁 なめこ・玉ねぎ・ねぎ・だし・味噌	2 軟飯 鶏の揚げ焼き ささみ・醤油・酒・片栗粉・油 塩っぺ和え 胡瓜・人参・塩こんぶ すまし汁 玉ねぎ・えのき・菜ねぎ・だし・醤油・塩	3 軟飯 チキンボール 鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・グリーンピース・コーン缶・塩・コンソメ コンソメスープ 人参・玉ねぎ・ほうれん草・水・コンソメ・塩
	5 軟飯 白身魚の味噌煮 白身魚・味噌・みりん・砂糖 キャベツのごま和え キャベツ・ごま・醤油 すまし汁 木綿豆腐・玉ねぎ・えのき・わかめ・だし・醤油・酒・塩	6 軟飯 ほうれん草の納豆和え ほうれん草・人参・ひきわり納豆・醤油 じゃが芋の磯辺焼き じゃが芋・みりん・醤油・焼のり みそ汁 玉ねぎ・人参・ねぎ・だし・味噌	7 軟飯 茄子とピーマンのなべしぎ 豚肉・茄子・ピーマン・油・水・味噌・醤油・酒・砂糖・ごま 胡瓜のゆかり和え 胡瓜・人参・ゆかり・醤油 すまし汁 人参・菜ねぎ・だし・酒・醤油・塩	8 軟飯 鶏ささみの揚げ焼き 鶏ささみ・醤油・みりん・片栗粉・油 彩りおかか和え 小松菜・黄ピーマン・もやし・かつお節・醤油・砂糖 みそ汁 人参・じゃが芋・ねぎ・だし・味噌	9 軟飯 鶏肉の煮物 鶏肉・だし・醤油・みりん・砂糖 キャベツサラダ キャベツ・醤油・酢・砂糖 みそ汁 かぼちゃ・菜ねぎ・だし・味噌	10 軟飯 鶏肉とごぼう煮 ささみ・ごぼう・人参・だし・醤油・砂糖・みりん けんちん汁 木綿豆腐・人参・椎茸・菜ねぎ・だし・醤油・塩・酒
昼食	12 振替休日	13 お盆保育  おべんとうの日	14 お盆保育  おべんとうの日	15 お盆保育  おべんとうの日	16 軟飯 野菜炒め 鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・赤ピーマン・なす・醤油・みりん ほうれん草サラダ ほうれん草・人参・コーン・酢・砂糖・醤油 トマトスープ トマト・たまねぎ・水・コンソメ	17 軟飯 白身魚の煮つけ 白身魚・醤油・みりん みそ汁 木綿豆腐・人参・玉ねぎ・さつま芋・だし・味噌
	19 軟飯 鮭の味噌焼き 鮭・味噌・みりん・砂糖・酒 キャベツの和え物 キャベツ・人参・醤油・砂糖 みそ汁 ごぼう・ねぎ・人参・だし・味噌	20 軟飯 マーボーなす なす・豚ひき肉・ねぎ・人参・ごま油・醤油・味噌・片栗粉 春雨サラダ 春雨・トマト・胡瓜・酢・砂糖・醤油・ごま・ごま油 中華スープ しめじ・玉ねぎ・だし・醤油・ごま油・酒・塩	21 軟飯 レバー煮 鶏レバー・鶏もも肉・醤油・砂糖・酒 胡瓜の酢の物 胡瓜・しらす・わかめ・酢・砂糖・塩 みそ汁 じゃが芋・玉ねぎ・人参・ねぎ・だし・味噌	22 軟飯 ひき肉炒め かぼちゃ・鶏ひき肉・玉ねぎ・塩・醤油 切干大根の煮物 切干大根・人参・だし・醤油・砂糖・みりん みそ汁 玉ねぎ・木綿豆腐・えのき・わかめ・だし・味噌	23 誕生会♪ 軟飯 ハンバーグ 合い挽き肉・人参・玉ねぎ・片栗粉・塩・クチャップ 人参サラダ 人参・キャベツ・胡瓜・ごま・砂糖・酢・醤油 コンソメスープ 玉ねぎ・コーン・水・コンソメ・塩	24 わかめ軟飯 米・炊き込みわかめ ささみ煮 ささみ・人参・だし・醤油・砂糖・みりん みそ汁 大根・人参・しめじ・ごぼう・菜ねぎ・だし・味噌
昼食	26 軟飯 野菜の味噌炒め 豚ひき肉・人参・ほうれん草・もやし・ごま油・砂糖・米みそ・醤油 レタスサラダ レタス・人参・胡瓜・コーン・ツナ・酢・砂糖・醤油 わかめスープ わかめ・木綿豆腐・ねぎ・だし・塩・ごま	27 軟飯 白身魚の磯煮 白身魚・青のり・醤油・みりん もやしとツナ酢和え もやし・ほうれん草・人参・ツナ・酢・醤油・砂糖・ごま油 冬瓜のすまし汁 冬瓜・えのき・玉ねぎ・菜ねぎ・だし・醤油・塩	28 軟飯 白身魚の揚げ焼き 白身魚・塩・片栗粉・油 胡瓜の磯和え 胡瓜・人参・ごま・焼のり・醤油 みそ汁 キャベツ・人参・だし・味噌	29 軟飯 チャンプル 木綿豆腐・豚肉・人参・玉ねぎ・醤油・砂糖・酒・ごま油 バイクドポテト じゃが芋・塩 みそ汁 切干大根・ごぼう・ねぎ・だし・味噌	30 軟飯 豆腐焼き 豆腐・キャベツ・塩・かつお節・青のり・ごま油・醤油・砂糖 ほうれん草のごま和え ほうれん草・もやし・コーン・ごま・醤油 みそ汁 なす・人参・玉ねぎ・菜ねぎ・だし・味噌	31 軟飯 中華煮 豚肉・白菜・人参・玉ねぎ・椎茸・だし・醤油・塩・ごま油・片栗粉 みそ汁 もやし・人参・えのき・わかめ・だし・味噌