

令和6年度8月 離乳食献立表

両国・なかよし保育園

日	曜日	7~8か月(中期) 午前	7~8か月 午後	9~11か月(後期) 午前	9~11か月 午後	使用している食材
1	木	7倍粥 鶏肉と玉ねぎの煮物 白菜の磯辺煮 みそ汁(じゃが芋) バナナ ミルク	煮込みうどん	5倍粥 豚肉と玉ねぎの煮物 白菜の磯辺煮 みそ汁(じゃが芋) バナナ ミルク	煮込みうどん	米 豚ひき肉 鶏ひき肉 玉ねぎ もやし 白菜 人参 じゃが芋 バナナ うどん きざみのり だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
2	16 金	7倍粥 鶏肉団子煮 納豆の煮物 みそ汁(麩) オレンジ ミルク	ツナ粥 ヨーグルト	5倍粥 鶏肉団子煮 納豆の煮物 みそ汁(麩) オレンジ ミルク	ツナ粥 ヨーグルト	米 鶏ひき肉 玉ねぎ ほうれん草 人参 ひきわり納豆 わかめ 麩 オレンジ ツナ ヨーグルト だし汁 しょうゆ みそ 砂糖 片栗粉
3	17 土	7倍粥 いんげんのそぼろ煮 小松菜の煮びたし みそ汁(豆腐) バナナ ミルク	にんじん粥	7倍粥 いんげんのそぼろ煮 小松菜の煮びたし みそ汁(豆腐) バナナ ミルク	にんじん粥	米 鶏ひき肉 いんげん 人参 小松菜 白菜 絹豆腐 バナナ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
5	19 月	煮込みうどん きゅうりの煮びたし 野菜スープ バナナ ミルク	おかか粥	ミートスパゲティ きゅうりの煮びたし 野菜スープ バナナ ミルク	おかか粥	スパゲティ 豚ひき肉 うどん 鶏ひき肉 バナナ 玉ねぎ 人参 なす きゅうり 白菜 小松菜 かつお節 だし汁 しょうゆ ケチャップ 塩 砂糖 片栗粉
6	20 火	7倍粥 かぶのそぼろ煮 チンゲン菜の煮びたし オニオンスープ 梨(煮) ミルク	みそおじや	5倍粥 かぶのそぼろ煮 チンゲン菜の煮びたし オニオンスープ 梨(煮) ミルク	みそおじや	米 鶏ひき肉 かぶ チンゲン菜 人参 玉ねぎ 梨 だし汁 しょうゆ みそ 塩 片栗粉
7	21 水	パン粥 じゃが芋のそぼろ煮 キャベツの煮びたし ほうれん草のスープ オレンジ ミルク	鶏粥	トースト じゃが芋のケチャップ煮 キャベツの煮びたし ほうれん草のスープ オレンジ ミルク	鶏粥	食パン 鶏ささみ じゃが芋 キャベツ 米 きゅうり ほうれん草 玉ねぎ オレンジ 人参 オレンジ だし汁 しょうゆ 塩 片栗粉
8	22 木	7倍粥 鶏肉となすの煮物 きゅうりと玉ねぎの煮物 すまし汁(豆腐) バナナ ミルク	のり粥	5倍粥 鶏肉となすの煮物 きゅうりと玉ねぎの煮物 すまし汁(豆腐) バナナ ミルク	のり粥	米 鶏ひき肉 なす キャベツ きざみのり きゅうり 玉ねぎ ほうれん草 絹豆腐 バナナ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
9	23 金	7倍粥 カレイの煮物 ほうれん草の煮びたし みそ汁(大根) スイカ ミルク	ささみ粥	5倍粥 カレイの煮物 もやしの煮びたし みそ汁(大根) スイカ ミルク	ささみ粥	米 カレイ もやし ほうれん草 人参 大根 スイカ ささみ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
10	24 土	7倍粥 人参とささみの煮物 きゅうりのツナ煮 みそ汁(かぼちゃ) オレンジ ミルク	わかめ粥	5倍粥 人参とささみの煮物 きゅうりのツナ煮 みそ汁(かぼちゃ) オレンジ ミルク	わかめ粥	米 ささみ 人参 きゅうり 玉ねぎ ツナ かぼちゃ オレンジ わかめ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
13	26 月	パン粥 鶏肉のトマト煮 キャベツの煮びたし コンソメスープ バナナ ミルク	青のり粥	トースト 鶏肉のトマト煮 キャベツの煮びたし コンソメスープ バナナ ミルク	青のり粥	食パン 鶏ひき肉 なす トマト キャベツ 人参 じゃが芋 玉ねぎ バナナ 青のり だし汁 しょうゆ 塩 片栗粉
14	27 火	7倍粥 鶏肉とほうれん草の煮物 ブロッコリーの煮びたし チンゲン菜スープ 梨(煮) ミルク	きな粉粥	5倍粥 鶏肉とほうれん草の煮物 ブロッコリーときのこの煮物 チンゲン菜スープ 梨(煮) ミルク	きな粉粥	米 鶏ひき肉 ほうれん草 ブロッコリー 人参 しめじ チンゲン菜 梨 きな粉 だし汁 しょうゆ 砂糖 片栗粉
15	28 水	わかめうどん 鶏肉団子のみそ煮 かぶの煮物 オレンジ ミルク	青菜がゆ	わかめうどん 鶏肉団子のみそ煮 かぶの煮物 オレンジ ミルク	青菜がゆ	うどん わかめ 人参 玉ねぎ 鶏ひき肉 かぶ オレンジ 米 小松菜 だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
15	29 木	7倍粥 鮭の煮物 根菜のおかか煮 みそ汁(わかめ) バナナ ミルク	じゃが芋の煮物	5倍粥 鮭の煮物 根菜のおかか煮 みそ汁(わかめ) バナナ ミルク	じゃが芋の煮物	米 鮭 大根 人参 いんげん かつお節 わかめ バナナ じゃが芋 だし汁 しょうゆ みそ 塩 片栗粉
15	30 金	7倍粥 鶏肉と野菜の煮物 きゅうりの煮びたし キャベツスープ オレンジ ミルク	パン粥	5倍粥 マカロニのケチャップ煮 きゅうりの煮びたし キャベツスープ オレンジ ミルク	シュガートースト	米 鶏ひき肉 マカロニ 人参 玉ねぎ きゅうり キャベツ オレンジ 食パン 牛乳 だし汁 しょうゆ ケチャップ 砂糖 片栗粉
15	31 土	7倍粥 鶏肉と大根の煮物 白菜の煮びたし みそ汁(麩) バナナ ミルク	さつま芋の煮物	5倍粥 鶏肉と大根の煮物 白菜の煮びたし みそ汁(麩) バナナ ミルク	さつま芋の煮物	米 鶏ひき肉 大根 白菜 人参 麩 バナナ さつま芋 だし汁 しょうゆ みそ 砂糖 片栗粉

◎その日に使用する食材を記載していますので、参考にしながらご家庭でも進めていきましょう。◎粉ミルクは「ほほえみ」、哺乳瓶は「母乳実感」を使用しています。