

離乳食献立表

2025年8月 岡部聖母保育園

	～7か月頃	11か月頃	おやつ
1 (金)	おかゆ だし汁 食べられる食材をペースト状にしたもの 等	煮込み麺 冬瓜のスープ 麺 キャベツ 豚肉 人参 ピーマン 玉葱 だし汁 醤油 冬瓜 鶏肉 葉葱 だし汁 醤油	さつま芋
4 (月)		豚肉のトマト煮 野菜の煮びたし キウイフルーツ 豚肉 ジャガ芋 人参 玉葱 トマト缶 砂糖 塩 油 キャベツ 人参 おくら だし汁 醤油 キウイフルーツ	バナナパン バナナ 油 ホットケーキミックス
5 (火)		あんかけご飯 胡瓜の煮びたし バナナ 米 白菜 玉葱 人参 豚肉 砂糖 醤油 片栗粉 胡瓜 人参 しらす だし汁 醤油 バナナ	おにぎり 米 ゆかり
6 (水)		煮魚 ほうれん草の煮びたし 味噌汁 まぐろ 醤油 砂糖 片栗粉 ほうれん草 キャベツ 人参 かつお節 醤油 おくら 冬瓜 だし汁 味噌	食パン
7 (木)		鶏肉のさっぱり煮 南瓜のミルク煮 和風ミネストローネ 鶏肉 砂糖 酢 醤油 にんにく 生姜 片栗粉 南瓜 バター 牛乳 砂糖 塩 玉葱 人参 ブッキーニ マカロニ トマトピューレ だし汁 油 醤油 パセリ	人参クッキー 小麦粉 ベーキングパウダー バター 砂糖 人参 牛乳
8 (金)		豆腐のそばろあんかけ 野菜の煮びたし ヨーグルト 豆腐 豚挽肉 玉葱 人参 白葱 椎茸出汁 醤油 味噌 砂糖 酒 片栗粉 人参 胡瓜 酢 砂糖 すりごま ヨーグルト	オレンジ
12 (火)		煮込みそうめん じゃが芋煮 バナナ そうめん 胡瓜 ツナ トマト だし汁 醤油 じゃが芋 だし汁 砂糖 醤油 バナナ	ヨーグルト
13 (水)		ツナポトフ キャベツの煮びたし ツナ ジャガ芋 玉葱 人参 スキムミルク 塩 キャベツ 胡瓜 酢 砂糖	バナナ
14 (木)		煮込みスパゲティ レタススープ スパゲティ 鶏肉 玉葱 ピーマン 人参 バター ケチャップ レタス 玉葱 人参 トマト 鶏肉 だし汁 塩	さつま芋
15 (金)			ヨーグルト
18 (月)		鶏肉煮 煮びたし 春雨と卵のスープ 鶏肉 みりん 醤油 片栗粉 胡瓜 切り干し大根 砂糖 酢 醤油 春雨 にら 人参 卵 醤油 だし汁	ヨーグルト
19 (火)		混ぜご飯 チキンナゲット トマトのしらす煮 白菜スープ 米 人参 玉葱 にんにく ピーマン ツナ 塩 油 鶏肉 豆腐 小麦粉 塩 油 トマト 胡瓜 しらす 砂糖 醤油 酢 白菜 人参 玉葱 だし汁 醤油	カップケーキ ホットケーキミックス レモン バター 豆乳

20 (水)	おかゆ だし汁 食べられる食材をペースト状にしたもの 等	白身魚のあんかけ じゃが芋煮 すまし汁	しいら 玉葱 人参 ピーマン 生姜 にんにく 砂糖 醤油 酢 片栗粉 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 だし汁 醤油 人参 葉葱 だし汁 醤油	おにぎり 米 人参 だし昆布 塩 醤油
21 (木)		春雨煮 オクラのツナ煮 すまし汁	ピーマン 黄ピーマン 人参 豚肉 春雨 油 酒 醤油 砂糖 片栗粉 オクラ 人参 ツナ だし汁 醤油 豆腐 人参 葉葱 だし汁 醤油	食パン
22 (金)		夏野菜煮 胡瓜の煮びたし バナナヨーグルト	豚肉 じゃが芋 南瓜 茄子 人参 ピーマン トマトピューレ 塩 胡瓜 醤油 砂糖 酢 バナナ ヨーグルト	キウイフルーツ
25 (月)		染飯 煮魚 野菜のしらす煮 ほうれん草のスープ	米 くちなし 塩 鱈 だし汁 醤油 砂糖 片栗粉 キャベツ 人参 しらす すりごま 砂糖 醤油 ほうれん草 人参 だし汁 醤油	ステックポテト じゃが芋 粉チーズ 上新粉 塩 油
26 (火)		ひじきオムレツ じゃが芋煮 スープ	卵 ひじき 鶏肉 人参 玉葱 いんげん 油 味噌 砂糖 みりん 塩 じゃが芋 人参 ツナ 砂糖 醤油 豚肉 小松菜 だし汁 醤油	さつま芋
27 (水)		煮魚 小松菜の煮びたし けんちん汁	さわら または 鱈 醤油 みりん 片栗粉 小松菜 人参 海苔 かつお節 醤油 人参 豚肉 葉葱 だし汁 醤油	コーンパンケーキ ホットケーキミックス 牛乳 クリームコーン バター
28 (木)		鶏肉煮 ひじきとツナの煮びたし スープ	鶏肉 玉葱 砂糖 醤油 片栗粉 ひじき ツナ いんげん 玉葱 醤油 すりごま もやし 葉葱 だし汁 醤油	南瓜のマフィン 南瓜 小麦粉 砂糖 バター ベーキングパウダー 牛乳
29 (金)		じゃが芋と焼き豆腐の炒め煮 煮びたし すまし汁	じゃが芋 人参 玉葱 きぬさや 焼き豆腐 豚肉 砂糖 醤油 酒 みりん 春雨 胡瓜 醤油 酢 砂糖 人参 卵 だし汁 醤油	ヨーグルト

＊献立の月齢は目安です。あくまでも、食材や調味料は個人の離乳食チェック表に基づいて使用させていただきますので、献立が前後する場合があります。

＊午後のおやつはお子さんの月齢や食事の様子を見て、順次提供していきます。