

令和2年 8月離乳食献立予定表

保育園ハニーガーデン

(さいたま市) No. 1

| 日 曜 | 5~6ヶ月頃 なめらかにすりつぶした状態 ※たんぱく源は6ヶ月からです。 | 7~8ヶ月頃 舌でつぶせる固さ | | 9~11ヶ月頃 歯ぐきでつぶせる固さ | | 12~18ヶ月頃 歯ぐきでかめる固さ | | |
|-------------------|--|---|---|--|--|-----------------------|--|--------------------------|
| | | 午前食 | 午後食 | 午前食 | 午後食 | 10時おやつ | 昼食 | 3時おやつ |
| 1 ・ 土 15 | そうめんのくたくた煮 (乾麺 玉葱 人参) | くたくたにゅうめん (乾麺 ツナ水煮 玉葱 人参) つぶし果物(ぶどう) | やわらか粥 やわらか木の葉ポテト (豚ひき肉 ジャガイモ 人参 玉葱) スープ(もやし 人参) | にゅうめん (乾麺 ツナ水煮 玉葱 人参) 刻み果物(ぶどう) | お粥 木の葉ポテト (豚ひき肉 ジャガイモ 人参 玉葱) スープ(もやし 人参) | チーズ | スパゲッティナポリタン 牛乳 ぶどう | 牛乳 おかかおにぎり ごま塩おにぎり |
| 3 ・ 月 17 | つぶし粥 野菜のつぶし煮 (キャベツ 玉葱 人参) | やわらか粥 鶏肉のとろとろトマト煮 (鶏もも肉 玉葱 人参 トマト) スープ(キャベツ ジャガイモ) | やわらか粥 野菜のやわらかそぼろ煮 (豚ひき肉 キャベツ ジャガイモ) 味噌汁(玉葱 人参) | お粥 鶏肉のトマト煮 (鶏もも肉 玉葱 人参 トマト) スープ(キャベツ ジャガイモ) | お粥 野菜のそぼろ煮 (豚ひき肉 キャベツ ジャガイモ) 味噌汁(玉葱 人参) | 牛乳 菓子 | 軟飯 鶏肉のトマト煮 ワカメサラダ スープ(キャベツ えのき ジャガイモ) | 飲むヨーグルト ビスケット バナナ |
| 4 ・ 火 18 | つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 (豆腐 玉葱 人参) | やわらか粥 やわらか炒り豆腐 (豆腐 卵黄 人参) 味噌汁(わかめ 玉葱) | やわらか粥 やわらか挽肉焼き (豚ひき肉 人参 玉葱) スープ(かぼちゃ 人参) | お粥 炒り豆腐 (豆腐 鶏卵 人参) 味噌汁(わかめ 玉葱) | お粥 挽肉焼き (豚ひき肉 人参 玉葱) スープ(かぼちゃ 人参) | 牛乳 クッキー | 軟飯 ぎせい豆腐 切り干し大根の煮物 味噌汁(わかめ もやし) | 牛乳 ひまわりパイ |
| 18 火 | つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 (豆腐 玉葱 人参) | やわらか粥 やわらか炒り豆腐 (豆腐 卵黄 人参) 味噌汁(わかめ 玉葱) | やわらか粥 やわらか木の葉ポテト (豚ひき肉 ジャガイモ 人参 玉葱) スープ(もやし 人参) | お粥 炒り豆腐 (豆腐 鶏卵 人参) 味噌汁(わかめ 玉葱) | お粥 木の葉ポテト (豚ひき肉 ジャガイモ 人参 玉葱) スープ(もやし 人参) | 牛乳 クッキー | 軟飯 ぎせい豆腐 切り干し大根の煮物 味噌汁(わかめ もやし) | 牛乳 ジャーマンポテト |
| 5 ・ 水 19 | つぶし粥 白身魚と野菜のつぶし煮 (白身魚 ジャガイモ 人参) | やわらか粥 白身魚のつぶし煮 (白身魚 ジャガイモ 人参) 味噌汁(小松菜 豆腐) | やわらか粥 野菜のやわらかチーズ焼き (ジャガイモ 人参 小松菜 チーズ) スープ(キャベツ 人参) | お粥 白身魚のくず煮 (白身魚 ジャガイモ 人参) 味噌汁(小松菜 豆腐) | お粥 野菜のチーズ焼き (ジャガイモ 人参 小松菜 チーズ) スープ(キャベツ 人参) | 牛乳 ビスケット | 軟飯 かつおの煮物 甘酢和え 味噌汁(豆腐 小松菜) | 牛乳 焼きびん |
| 6 ・ 木 20 | つぶし粥 野菜のつぶし煮 (玉葱 人参 小松菜) | やわらか粥 豚肉と野菜のつぶし味噌煮 (豚もも肉 玉葱 人参) すまし汁(小松菜 ジャガイモ) | やわらか粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 (鶏もも肉 小松菜 ジャガイモ) スープ(玉葱 トマト) | お粥 豚肉と野菜の味噌煮 (豚もも肉 玉葱 人参) すまし汁(小松菜 ジャガイモ) | お粥 鶏肉と野菜の煮物 (鶏もも肉 小松菜 ジャガイモ) スープ(玉葱 トマト) | 牛乳 ビスケット | 軟飯 ボーク味噌焼き ひじきサラダ ミルクスープ(小松菜 ジャガイモ 玉葱) | 牛乳 とうもろこし |
| 7 ・ 金 21 | つぶし粥 野菜のマッシュ (玉葱 人参 ジャガイモ) | やわらか粥 ふわふわスクランブルエッグ (卵黄 玉葱 人参) 味噌汁(ジャガイモ 玉葱) | やわらか粥 野菜のやわらかそぼろ煮 (豚ひき肉 ジャガイモ 玉葱) スープ(キャベツ 人参) | お粥 スクランブルエッグ (鶏卵 玉葱 人参) 味噌汁(ジャガイモ 玉葱) | お粥 野菜のそぼろ煮 (豚ひき肉 ジャガイモ 玉葱) スープ(キャベツ 人参) | ヨーグルト | 軟飯 ひじきと鶏ひき肉の卵焼き フレンチサラダ マンハッタン風グラムチャウダー (ベーコン にんにく 玉葱 ジャガイモ) あさり トマト缶) | お茶 チャーハン風混ぜご飯 チーズ |
| 8 ・ 土 22 | つぶし粥 野菜のつぶし煮 (小松菜 にんじん ジャガイモ) | くたくた煮込みうどん (うどん 鶏むね肉 小松菜 人参 ジャガイモ) つぶし果物(ぶどう) | やわらか粥 豚肉と野菜のつぶし味噌煮 (豚もも肉 玉葱 ジャガイモ) すまし汁(玉葱 人参) | 煮込みうどん (うどん 鶏むね肉 小松菜 人参 ジャガイモ) 刻み果物(ぶどう) | お粥 豚肉と野菜の味噌煮 (豚もも肉 玉葱 ジャガイモ) すまし汁(玉葱 人参) | チーズ | 冷やしうどん ぶどう ヨーグルト | 牛乳 ゆかりおにぎり ごま塩おにぎり |
| 24 月 | つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 (豆腐 人参 玉葱) | やわらか粥 豆腐ステーキとろ野菜あん (豆腐 人参 玉葱) スープ(キャベツ) | やわらか粥 野菜のやわらかそぼろ味噌煮 (豚ひき肉 キャベツ 人参) すまし汁(玉葱 人参) | お粥 豆腐ステーキ野菜あん (豆腐 人参 玉葱) スープ(キャベツ) | お粥 野菜のそぼろ味噌煮 (豚ひき肉 キャベツ 人参) すまし汁(玉葱 人参) | 牛乳 菓子 | 軟飯 マーボー豆腐 きゅうりのピクルス スープ(春雨 キャベツ 人参) | 牛乳 せんべい バナナ |

令和2年 8月離乳食献立予定表

保育園ハニーガーデン

(さいたま市) No. 2

| 日 曜 | 5~6ヶ月 頃 なめらかにすりつぶした状態 ※たんぱく源は6ヶ月からです。 | 7~8ヶ月 頃 舌でつぶせる固さ | | 9~11ヶ月 頃 歯ぐきでつぶせる固さ | | 12~18ヶ月 頃 歯ぐきでかめる固さ | | |
|---------|---|---|---|--|---|------------------------|---|--------------------------|
| | | 午前食 | 午後食 | 午前食 | 午後食 | 10時おやつ | 昼食 | 3時おやつ |
| 11 火 | つぶし粥 野菜のマッシュ (小松菜 玉葱 ジャが芋) | やわらか粥 鶏肉と野菜のつぶし味噌煮 (鶏もも肉 小松菜 玉葱) スープ(ジャが芋 玉葱) | やわらか粥 豚肉と野菜のつぶし煮 (豚もも肉 キヤベツ 玉葱) 味噌汁(小松菜 人参) | お粥 鶏肉と野菜の味噌煮 (鶏もも肉 小松菜 玉葱) スープ(ジャが芋 玉葱) | お粥 豚肉と野菜の煮物 (豚もも肉 キヤベツ 玉葱) 味噌汁(小松菜 人参) | 飲むヨーグル ト せんべい | 軟飯 鶏肉の味噌焼き 青菜ともやしのお浸し スープ(ジャが芋 玉葱) | 牛乳 マカロニあべかわ |
| 12 水 | つぶし粥 野菜のつぶし煮 (ジャが芋 人参 玉葱) | やわらか粥 すりおろし高野豆腐と野菜のつぶし煮 (高野豆腐 大根 人参) 味噌汁(玉葱 わかめ) | やわらか粥 魚のつぶし味噌煮 (ツナ水煮 ジャが芋 人参) スープ(大根 人参) | お粥 すりおろし高野豆腐と野菜の煮物 (高野豆腐 大根 人参) 味噌汁(玉葱 わかめ) | お粥 魚の味噌煮 (ツナ水煮 ジャが芋 人参) スープ(大根 人参) | 牛乳 ビスケット | 軟飯 五目うま煮(肉なし) 大根とツナのサラダ 味噌汁(わかめ 玉葱) | 牛乳 オレンジゼリー クラッカー |
| 26 水 | つぶし粥 野菜のつぶし煮 (ジャが芋 人参 玉葱) | やわらか粥 鶏肉と野菜ののどろ煮 (鶏もも肉 ジャが芋 人参) 味噌汁(玉葱 わかめ) | やわらか粥 魚のつぶし味噌煮 (ツナ水煮 ジャが芋 人参) スープ(大根 人参) | お粥 鶏肉と野菜のくず煮 (鶏もも肉 ジャが芋 人参) 味噌汁(玉葱 わかめ) | お粥 魚の味噌煮 (ツナ水煮 ジャが芋 人参) スープ(大根 人参) | 牛乳 ビスケット | 軟飯 五目うま煮 大根とツナのサラダ 味噌汁(わかめ 玉葱) | 牛乳 ぶどうゼリー クラッカー |
| 13 木 | つぶし粥 野菜のつぶし煮 (かぼちゃ 人参 玉葱) | やわらか粥 大豆と野菜ののどろトマト煮 (大豆 人参 玉葱 トマト) スープ(かぼちゃ) | やわらか粥 すりおろし高野豆腐と野菜のつぶし味噌煮 (高野豆腐 玉葱 ジャが芋) すまし汁(キヤベツ 人参) | お粥 大豆と野菜のトマト煮 (大豆 人参 玉葱 トマト) スープ(かぼちゃ) | お粥 すりおろし高野豆腐と野菜の味噌煮 (高野豆腐 玉葱 ジャが芋) すまし汁(キヤベツ 人参) | 牛乳 クッキー | 軟飯 豆腐ビーンズ 春雨サラダ スープ(かぼちゃ ねぎ) | 牛乳 米粉のココアケーキ |
| 27 木 | つぶし粥 野菜のつぶし煮 (かぼちゃ 人参 玉葱) | やわらか粥 大豆と野菜ののどろトマト煮 (大豆 人参 玉葱 トマト) スープ(かぼちゃ) | やわらか粥 豚肉と野菜のつぶし味噌煮 (豚もも肉 玉葱 ジャが芋) すまし汁(玉葱 人参) | お粥 大豆と野菜のトマト煮 (大豆 人参 玉葱 トマト) スープ(かぼちゃ) | お粥 豚肉と野菜の味噌煮 (豚もも肉 玉葱 ジャが芋) すまし汁(玉葱 人参) | 牛乳 クッキー | 軟飯 ポークビーンズ 春雨サラダ スープ(かぼちゃ ねぎ) | 牛乳 米粉のココアケーキ |
| 14 金 | つぶし粥 野菜のマッシュ (人参 玉葱 ジャが芋) | やわらか粥 のどろシチュー (ツナ水煮 人参 玉葱 ジャが芋) つぶし果物(みかん缶) | やわらか粥 鮭と野菜のつぶし煮 (焼き鮭 玉葱 人参) 味噌汁(キヤベツ) | お粥 シチュー (ツナ水煮 人参 玉葱 ジャが芋) 刻み果物(みかん缶) | やわらか粥 鮭と野菜の煮物 (焼き鮭 玉葱 人参) 味噌汁(キヤベツ) | 牛乳 せんべい | 軟飯 ツナカレー 切り干しサラダ フルーツポンチ | 牛乳 ごまみそもち |
| 28 金 | つぶし粥 野菜のマッシュ (人参 玉葱 ジャが芋) | やわらか粥 のどろシチュー (豚もも肉 人参 玉葱 ジャが芋) すりおろし果物(梨) | やわらか粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 (鶏もも肉 玉葱 人参) 味噌汁(ジャが芋) | お粥 シチュー (豚もも肉 人参 玉葱 ジャが芋) 刻み果物(梨) | やわらか粥 鶏肉と野菜の煮物 (鶏もも肉 玉葱 人参) 味噌汁(ジャが芋) | 牛乳 せんべい | 軟飯 ポークカレー 切り干しサラダ 梨 | コーンフレークミルク |
| 29 土 | つぶし粥 野菜のつぶし煮 (人参 玉葱 ジャが芋) | やわらか粥 豚肉と野菜ののどろ煮 (豚もも肉 人参 玉葱 ジャが芋) つぶし果物(ぶどう) | やわらか粥 鶏肉と野菜のつぶし味噌煮 (鶏ささみ肉 玉葱 人参) すまし汁(ジャが芋 人参) | お粥 豚肉と野菜のくず煮 (豚もも肉 人参 玉葱 ジャが芋) 刻み果物(ぶどう) | お粥 鶏肉と野菜の味噌煮 (鶏ささみ肉 玉葱 人参) すまし汁(ジャが芋 人参) | チーズ | 豚肉と野菜のスパゲッティ 牛乳 ぶどう | 牛乳 おかかおにぎり ごま塩おにぎり |
| 31 月 | つぶし粥 野菜のつぶし煮 (キヤベツ 人参 玉葱) | やわらか粥 豚肉と野菜のつぶし味噌煮 (豚もも肉 キヤベツ 玉葱) スープ(チンゲン菜 人参) | やわらか粥 鶏肉のやわらかトマト煮 (鶏ささみ肉 玉葱 人参 トマト) 味噌汁(キヤベツ 玉葱) | お粥 豚肉と野菜の味噌煮 (豚もも肉 キヤベツ 玉葱) スープ(チンゲン菜 人参) | お粥 鶏肉のトマト煮 (鶏ささみ肉 玉葱 人参 トマト) 味噌汁(キヤベツ 玉葱) | 牛乳 菓子 | 軟飯 生揚げと野菜の味噌炒め トマトサラダ スープ(春雨 チンゲン菜 人参) | 牛乳 せんべい バナナ |