

2020年度 8月 離乳食 献立表

日曜	昼食	午前おやつ	午後おやつ
1 土	軟らか焼きうどん 粉ふき芋 うどん キャベツ 人参 もやし ピーマン 椎茸 じゃが芋	くだもの	野菜おじや 米 人参 椎茸 葱
3 月	軟飯(かゆ) 野菜入り納豆おろし煮 ピーマンの軟らか煮 ナスの含め煮 みそ汁 米 オクラ ニラ ひきわり納豆 しらす カブ ピーマン パプリカ ナス 味噌 大根 人参 葱 じゃが芋	くだもの	クリームヌードル うどん 粉ミルク 玉葱 人参 芋
4 火	軟飯(かゆ) 焼魚 野菜の軟らか煮 人参と椎茸の軟らか煮 みそ汁 米 ムキガレイ モロヘイヤ オクラ もやし 人参 椎茸 味噌 わかめ 玉葱	くだもの	わかめうどん うどん わかめ 人参 葱 椎茸
5 水	軟飯(かゆ) 豚そぼろ煮 野菜の軟らか煮 カブの含め煮 もずくのすまし汁 米 豚ひき肉 ほうれん草 もやし 人参 カブ もずく えのき 葱	くだもの	フィッシュポテト ムキガレイ じゃが芋
6 木	食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 ブロッコリー 蒸し南瓜 野菜スープ 食ぱん ささみ ブロッコリー 南瓜 玉葱 じゃが芋	くだもの	夕焼けおじや 米 人参 葱
7 金	軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 スティックきゅうり ほうれん草ともやしの煮びたし みそ汁 米 豚ひき 玉葱 きゅうり ほうれん草 もやし 味噌 玉葱 じゃが芋	くだもの	ツナと野菜のうどん ツナ 人参 椎茸 うどん
8 土	野菜スープヌードル 南瓜煮 うどん キャベツ カブ 人参 玉葱 セロリ じゃが芋 南瓜	くだもの	しらす入り青菜おじや 米 しらす 小松菜 葱
10 月	山の日		
11 火	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 野菜の軟らか煮 ポテト煮 野菜スープ 米 絹豆腐 鶏ひき 人参 もやし きゅうり じゃが芋 玉葱 人参 ナス	くだもの	コーンヌードル うどん クリームコーン 玉葱 粉ミルク 人参
12 水	軟飯(かゆ) 焼魚 雌株と野菜の煮びたし ゆでokra みそ汁 米 ムキガレイ 雌株 キャベツ きゅうり 人参 オクラ 味噌 大根 人参 椎茸 葱 さつま芋 もやし	くだもの	味噌がゆ 米 味噌 人参 椎茸 葱
13 木	軟飯(かゆ) チャンプルー ポテト煮 マッシュ枝豆 青菜のみそ汁 米 豆腐 豚ひき もやし 人参 ニラ じゃが芋 枝豆 味噌 小松菜 葱 えのき	くだもの	夕焼けうどん うどん 人参 葱
14 金	食ぱん(ぱんがゆ) ささみの和風煮 もやしときゅうりの煮びたし カブの含め煮 野菜スープ 食ぱん ささみ もやし きゅうり カブ 人参 ニラ 白菜 葱	くだもの	わかめおじや 米 わかめ 人参 葱 椎茸
15 土	わかめおじや 南瓜煮 米 わかめ 人参 椎茸 葱 南瓜	くだもの	しらす入り青菜うどん うどん しらす 小松菜 人参 葱
17 月	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 野菜の煮びたし ナスの含め煮 みそ汁 米 カブ ひき割り納豆 しらす 小松菜 もやし ナス 味噌 大根 人参 葱 じゃが芋	くだもの	クリームリゾット 粉ミルク 玉葱 人参 芋 米
18 火	冷麦 焼魚 野菜の煮びたし ひじき煮 冷麦 人参 椎茸 葱 ムキガレイ 小松菜 もやし ひじき	くだもの	ツナと野菜のおやき ツナ 人参 米 葱 片栗粉 油
19 水	食ぱん(ぱんがゆ) レバーペースト 野菜の軟らか煮 ブロッコリー かぼちゃスープ 食ぱん 豚レバー キャベツ 人参 大根 ブロッコリー 南瓜 玉葱 粉ミルク	くだもの	青菜おじや 米 小松菜 葱 人参
20 木	軟飯(かゆ) 煮魚 ほうれん草ともやしの煮びたし 卵の花煮 みそ汁 米 ギンダラ ほうれん草 もやし おから 椎茸 葱 人参 じゃが芋	くだもの	南瓜団子 南瓜 片栗粉 油
21 金	軟飯(かゆ) ささみの味噌煮 南瓜煮 ゆでokra みそ汁 米 ささみ 味噌 南瓜 オクラ 味噌 絹豆腐 大根 人参 葱	くだもの	じゃが芋もち じゃが芋 片栗粉 油
22 土	豆腐入りみそがゆ ポテト煮 豆腐 米 味噌 人参 えのき 葱 じゃが芋	くだもの	南瓜入りクリームヌードル うどん 粉ミルク 玉葱 人参 南瓜
24 月	軟飯(かゆ) ツナの和風煮 野菜の軟らか煮 カブの含め煮 夏野菜ポタージュ 米 ツナ キャベツ 大根 きゅうり 人参 カブ 玉葱 ナス パプリカ トマト 南瓜	くだもの	コーンリゾット 米 クリームコーン 粉ミルク 玉葱 人参
25 火	食ぱん(ぱんがゆ) 蒸魚 茹でブロッコリー ナスの含め煮 野菜スープ 食ぱん ムキガレイ ブロッコリー ナス 人参 椎茸 葱 もやし ニラ	くだもの	ツナと野菜のおじや ツナ 人参 葱 椎茸 米
26 水	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 モロヘイヤの煮びたし マッシュ枝豆 みそ汁 米 絹豆腐 鶏ひき肉 モロヘイヤ もやし 枝豆 味噌 大根 人参 葱 しめじ	くだもの	味噌煮込みうどん うどん 味噌 人参 葱 椎茸
27 木	軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 野菜の煮びたし ポテト煮 みそ汁 米 豚ひき 玉葱 小松菜 もやし じゃが芋 味噌 白菜 人参 葱 絹豆腐 ニラ 大根	くだもの	しらす入り味噌がゆ 米 しらす 人参 葱 椎茸
28 金	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 野菜の軟らか炒め 南瓜煮 みそ汁 米 ささみ キャベツ もやし 人参 椎茸 ニラ 南瓜 味噌 玉葱 大根	くだもの	夕焼けおやき 米 人参 葱 片栗粉 油
29 土	クリームリゾット 野菜の軟らか煮 米 粉ミルク 玉葱 人参 芋 人参 もやし きゅうり	くだもの	わかめうどん わかめ うどん 人参 葱 椎茸
31 月	冷麦 ささみの和風煮 野菜の煮びたし 人参と椎茸の軟らか煮 冷麦 人参 椎茸 葱 ささみ 小松菜 もやし	くだもの	しらす入り夕焼けおじや 米 しらす 人参 葱

昼食・おやつの上段は本日のメニュー、下段は主な食品名です。
 材料は都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。
 午前のおやつのかだものはスイカ・オレンジ・りんご・梨を使用しています