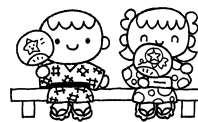


8月献立表



2023年08月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名 <small>(〇はおやつ材料)</small>		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1 火	夏野菜カレー ウィンナー オクラ昆布和え	有機無調整豆乳 リンゴケーキ すいか	有機無調整豆乳、豚肉、ウィンナー、〇有機無調整豆乳、〇こしあん(生)、ちくわ	米、じゃがいも、〇小麦粉、〇油、〇黒糖、	〇すいか、〇りんご、たまねぎ、にんじん、なす、きゅうり、かぼちゃ、オクラ、トマト水煮缶、塩こしょう
2 水	あわごはん 厚揚げみそ煮 キャベツのツナ和え じゃが芋スープ	有機無調整豆乳 焼きそば	有機無調整豆乳、豚肉、厚揚げ、〇豚肉、大豆水煮、ツナ油漬缶、みそ	〇ゆで中華めん、米、じゃがいも、あわ、〇油、油、きび糖	たまねぎ、キャベツ、にんじん、〇たまねぎ、こまつな、〇にんじん、〇にら、〇黒きくらげ、カットわかめ
3 木	ごはん 魚のみそ焼き クレープイリチー キャベツすまし汁	有機無調整豆乳 オートミールクッキー パン	有機無調整豆乳、白身魚(キング)、三枚肉、油揚げ、〇卵、みそ、〇有機無調整豆乳	米、〇米粉、〇無塩バター、〇黒糖、〇オートミール、こんにやく、黒糖、油、白ごま、〇黒ごま、ごま油	キャベツ、にんじん、こまつな、刻みこんぶ、切り干しだいこん、〇パイナップル
4 金	ピピンパ 豆腐スープ オレンジ	有機無調整豆乳 ツナコーンパン	有機無調整豆乳、豚肉、沖縄豆腐、〇ツナ油漬缶、みそ	米、〇食パン、〇マヨネーズ、ごま油、白ごま、きび糖	オレンジ、こまつな、にんじん、もやし、コーン缶、キャベツ、〇コーン缶、〇赤ピーマン、〇黄ピーマン、〇ピーマン、ねぎ、にんにく、しょうが
5 土	わかめごはん 豚汁 おかか和え	有機無調整豆乳 ミネラルふりかけおにぎり	有機無調整豆乳、豚肉、みそ	米、じゃがいも〇米	こまつな、もやし、にんじん、たまねぎ、わかめふりかけ、〇ミネラルふりかけ
7 月	あわごはん 鶏のパン煮 野菜ひじき炒め 青菜スープ	有機無調整豆乳 黒糖スコーン りんご	有機無調整豆乳、鶏もも肉、〇プレーンヨーグルト、豚肉、〇卵	米、〇強力粉、じゃがいも、〇無塩バター、〇黒糖、あわ、きび糖、油	〇りんご、キャベツ、にんじん、パイナップル、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ピーマン、ひじき
8 火	ごはん 鮭のタンドリー風 もずくチャンプルー 青菜スープ	有機無調整豆乳 ショートブレッド オレンジ	有機無調整豆乳、さけ、プレーンヨーグルト、豚肉、〇牛乳	米、〇米粉、じゃがいも、〇無塩バター、〇黒糖、パン粉、油	〇オレンジ、キャベツ、こまつな、にんじん、たまねぎ、もずく、ピーマン、にんにく
9 水	たきこみごはん ちくわイソベ揚げ ブロccoliーごま和え 鶏のみそ汁	有機無調整豆乳 さつま芋蒸しケーキ バナナ	有機無調整豆乳、鶏もも肉、ちくわ、〇有機無調整豆乳、豚肉、みそ、〇こしあん	米、〇ホットケーキ粉、〇さつまいも、米粉、揚げ油、〇油、〇きび糖、すりごま	〇バナナ、にんじん、とうがん、フロccoliー、たけのこ(ゆで)、こまつな、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ、あおのり
10 木	沖縄そば おかか和え オレンジ	有機無調整豆乳 みそおにぎり	有機無調整豆乳、三枚肉、かまぼこ、〇ツナ油漬缶、〇みそ	沖縄そば、〇米、〇黒糖、きび糖	オレンジ、もやし、にんじん、こまつな、ねぎ、〇焼きのり
11 金	 山 の 日 				
12 土	五目ごはん 豆腐スープ キャベツのツナ和え	有機無調整豆乳 チジミ	ツナ缶、沖縄豆腐、豚肉〇有機無調整豆乳、ツナ缶	米〇米粉、ごま油、黒糖	キャベツ、にんじん、こまつな、しめじ、えのきたけ、ねぎ、〇にら
14 月	 ☆ お 弁 当 会 ☆ 				
15 火	ごはん 厚揚げそぼろ煮 おかか和え ポテトスープ	有機無調整豆乳 チキンライスおにぎり	有機無調整豆乳、厚揚げ、豚ひき肉、〇鶏もも肉、大豆水煮、みそ	〇米、米、じゃがいも、〇油、油、〇黒糖、きび糖	たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、〇たまねぎ、しめじ、たけのこ(ゆで)、ピーマン、〇にんじん、しょうが
16 水	ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 青菜スープ	有機無調整豆乳 ちんぴん バナナ	有機無調整豆乳、鶏ひき肉、〇有機無調整豆乳、豚肉、〇卵、みそ	米、〇米粉、〇黒糖、パン粉、〇油、きび糖、油、白ごま	〇バナナ、こまつな、たまねぎ、もやし、にんじん、しょうが、えのきたけ、ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ
17 木	麦ごはん 昆布納豆 ゴーヤーチャンプルー キャベツみそ汁	有機無調整豆乳 羊くずてんぷら みかん	有機無調整豆乳、挽きわり納豆、沖縄豆腐、豚肉、みそ、油揚げ	米、〇さつまいも、〇白玉粉、〇さつまいもでん粉、〇揚げ油、〇きび糖、押麦、油	〇みかん、たまねぎ、キャベツ、ゴーヤー、にんじん、えのきたけ、ねぎ、塩こんぶ
18 金	ごはん 豚と野菜しょうが焼き ポテトフライ キャベツスープ	有機無調整豆乳 ミートサンド	有機無調整豆乳、豚肉、〇鶏ひき肉	じゃがいも、米、〇ロールパン、揚げ油、油、〇黒糖、きび糖、片栗粉	こまつな、たまねぎ、キャベツ、〇にんじん、にんじん、〇たまねぎ、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干しだいこん、しょうが、カットわかめ
19 土	そぼろどんぶり りんご ブロccoliーサラダ	有機無調整豆乳 塩昆布おにぎり	有機無調整豆乳、豚ひき肉、ツナ缶	米、油、〇米	ブロccoliー、こまつな、りんご、にんじん、コーン缶、しょうが、〇塩昆布
21 月	ごはん 魚のオーロラ焼き 春雨チャンプルー 青菜みそ汁	有機無調整豆乳 ココアちんすこう すいか	有機無調整豆乳、白身魚(キング)、豚肉、油揚げ、みそ	米、〇米粉、〇黒糖、〇ラード、マヨネーズ、はるさめ、油、きび糖	〇すいか、にんじん、こまつな、ブロccoliー、えのきたけ、たまねぎ、ピーマン
22 火	ごはん 豚なすみそ炒め 和風スパゲティサラダ 豆腐スープ	有機無調整豆乳 ミネラルふりかけおにぎり	有機無調整豆乳、豚肉、沖縄豆腐、ツナ油漬缶、みそ	米、サラダ用スパゲティ、あわ、油、黒糖、〇米	〇ミネラルふりかけ、たまねぎ、にんじん、なす、こまつな、きゅうり、ピーマン、カットわかめ
23 水	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ じゃが芋スープ	有機無調整豆乳 スイートポテト バナナ	有機無調整豆乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶、〇有機無調整豆乳	〇さつまいも、米、じゃがいも、〇生クリーム、〇黒糖、押麦、きび糖、油、片栗粉	〇バナナ、にんじん、こまつな、キャベツ、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、〇マーメレード、干しいたけ、しょうが
24 木	キャロットライス 鶏のポテマヨ焼き ブロccoliーサラダ ミネストローネ	有機無調整豆乳 バナナケーキ	有機無調整豆乳、鶏もも肉、豚肉、〇卵、ツナ油漬缶、〇有機無調整豆乳	〇米粉、米、じゃがいも、〇ホットケーキ粉、マヨネーズ、〇コーンフレーク、和風ドレッシング、〇無塩バター、〇きび糖、マカロン	にんじん、ブロccoliー、たまねぎ、生いたけ、トマト、セロリ、赤ピーマン、黄ピーマン、クリームコーン缶、〇マーメレード、〇バナナ
25 金	スパゲティミートソース ナムル キャベツスープ	有機無調整豆乳 昆布おにぎり	有機無調整豆乳、豚ひき肉、大豆水煮、ツナ油漬缶	〇米、スパゲティ、黒糖、ごま油、油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのきたけ、きゅうり、切り干しだいこん、〇塩こんぶ、干しいたけ、ひじき、にんにく
26 土	ピラフおにぎり 春雨野菜スープ おかか和え	有機無調整豆乳 鮭おにぎり	沖縄豆腐、豚肉、ツナ缶、〇鮭	米、はるさめ、〇米	こまつな、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、コーン缶
28 月	ごはん マーボー豆腐 ナムル キャベツスープ	有機無調整豆乳 芋かりんとう オレンジ	有機無調整豆乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、油揚げ、みそ、ツナ油漬缶	〇さつまいも、米、〇黒糖、〇揚げ油、油、きび糖、ごま油、〇白ごま、黒糖、片栗粉	〇オレンジ、にんじん、キャベツ、長ねぎ、もやし、こまつな、たけのこ(ゆで)、干しいたけ、にんにく
29 火	あわごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 豆腐スープ	有機無調整豆乳 黒糖蒸しケーキ りんご	有機無調整豆乳、豚肉、沖縄豆腐、〇有機無調整豆乳、〇こしあん	じゃがいも、米、〇ホットケーキ粉、〇油、〇黒糖、あわ、油、きび糖、片栗粉	〇りんご、にんじん、こまつな、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ、黒きくらげ、カットわかめ
30 水	ごはん 鶏と厚揚げケチャップ煮 ブロccoliーツナ和え キャベツすまし汁	有機無調整豆乳 わかめおにぎり	有機無調整豆乳、鶏もも肉、厚揚げ、ツナ油漬缶	〇米、米、油、黒糖	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ブロccoliー、えのきたけ、生しいたけ、〇わかめふりかけ
31 木	冬瓜のあんかけどんぶり 鶏のみそ焼き キャベツおかか和え	有機無調整豆乳 ストーンクッキー スイカ	有機無調整豆乳、鶏もも肉、豚ひき肉、〇卵、みそ、〇有機無調整豆乳、〇きび糖	米、〇小麦粉、〇無塩バター、〇黒糖、きび糖、白ごま、ごま油、片栗粉	とうがん、〇スイカ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、生しいたけ、しめじ、えのきたけ、〇レーズン、ねぎ、しょうが

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



8月離乳食こんだて表①



2023年8月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギカボチャホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、なす、かぼちゃ、コーン缶、きゅうり、オクラ、にら
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
2	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、にら、カットわかめ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
3	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	キャベツ、にんじん、こまつな、刻みこんぶ、切り干しだいこん
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
4	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、食パン	こまつな、にんじん、もやし、コーン缶、キャベツ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド			
5	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	キャベツ、にんじん、こまつな、刻みこんぶ、切り干しだいこん
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
7	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギキャベツサツマイモペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	米、さつまいも	たまねぎ、キャベツ、ゴーヤ、にんじん、えのきたけ、ねぎ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
8	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、こまつな、にんじん、たまねぎ、もずく、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
9	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参冬瓜青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、さつまいも	にんじん、とうがん、フロccoli、こまつな、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
10	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	もやし、にんじん、こまつな、ねぎ、たまねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
11	金	山の日						
12	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ピーマン、ひじき
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
14	月			お弁当会				
15	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉	米、じゃがいも	たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、しめじ、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

※16日以降は裏面



8月離乳食こんだて表②



2023年8月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
16	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米	こまつな、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、えのきたけ、ピーマン、切り干しだいこん
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
17	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
18	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉	じゃがいも、米、パン	こまつな、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干しだいこん、カットわかめ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド			
19	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
21	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	にんじん、こまつな、ブロッコリー、えのきたけ、たまねぎ、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
22	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、さつまいも	たまねぎ、にんじん、なす、こまつな、きゅうり、ピーマン、カットわかめ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
23	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	さつまいも、米、じゃがいも	にんじん、こまつな、キャベツ、しめじ、ねぎ、干ししいたけ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
24	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも、ホットケーキ粉	にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、生しいたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
25	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギキャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚ひき肉、白身魚	米、スパゲティ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのきたけ、きゅうり、切り干しだいこん、ひじき、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
26	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	さつまいも、米、じゃがいも	にんじん、こまつな、キャベツ、しめじ、ねぎ、干ししいたけ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
28	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉	さつまいも、米	にんじん、キャベツ、もやし、こまつな、干ししいたけ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
29	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	じゃがいも、米	にんじん、こまつな、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ、カットわかめ、たまねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
30	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギキャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、えのきたけ、生しいたけ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
31	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜冬瓜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	とうがん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、生しいたけ、しめじ、えのきたけ、ねぎ
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります