



令和5年度 8月 離乳食献立表



神拝保育園

日	曜	行事	献立	果物	三色食品群			未満児 午前のおやつ	3時の おやつ
					あか	きいろ	みどり		
					血や肉をつくる (主にたんぱく質)	はたらく力や 体温になる (主に脂質・糖質)	体をばい菌から守ったり 元気にする (主にビタミン・ミネラル)		
1	火		和風ミートローフ 大根の煮物 わかめのすまし汁	りんご	鶏ミンチ・豆腐 ひじき・わかめ	パン粉	コーン・グリーンピース 大根・人参・えのき さやいんげん・りんご	お茶 バナナ	お茶 根菜粥
2	水		鶏肉と野菜のトマト煮 さつま芋サラダ もやし中華スープ	スイカ	ささみ	ケチャップ さつま芋 鶏がらスープの素	キャベツ・玉葱・人参・なす オクラ・トマト・きゅうり もやし・えのき・スイカ	お茶 りんご	お茶 さつま芋粥
3	木	太陽スポーツ(年長)	うどん チンジャオロース ささみの煮物	バナナ	ささみ 青のり	うどん 鶏がらスープの素	人参・玉葱・しいたけ ピーマン・バナナ	お茶 りんご	お茶 中華粥
4	金		鶏団子 わかめの酢の物 かぼちゃの味噌汁	オレンジ	鶏ミンチ・ささみ わかめ・味噌	砂糖	キャベツ・きゅうり 人参・かぼちゃ・玉葱 オレンジ	お茶 バナナ	お茶 キャベツ粥
5	土		ささみの煮物 キャベツのサラダ	りんご	ささみ	砂糖	玉葱・ニラ・しめじ キャベツ・人参・りんご	お茶 オレンジ	お茶 野菜粥
7	月		すまし汁 切り昆布の煮付け さつま芋	オレンジ	ささみ 昆布・鶏むね肉	さつま芋	玉葱・人参・青葱 さやいんげん・オレンジ	お茶 りんご	お茶 さつま芋粥
8	火		うどん 大豆の煮物 チンゲン菜の煮物	バナナ	ささみ・大豆 ちりめんじゃこ	うどん・さつま芋 鶏がらスープの素	コーン・きゅうり・人参 キャベツ・チンゲン菜 バナナ	お茶 オレンジ	お茶 チンゲン菜粥
9	水		鯛の煮付け ポテトサラダ 味噌汁	オレンジ	鯛・味噌	じゃが芋	人参・きゅうり ごぼう・大根・玉葱 オレンジ	お茶 バナナ	お茶 根菜粥
10	木	太陽スポーツ (年少・年中)	鶏団子 もやしの酢の物 豆乳スープ	りんご	鶏ミンチ・ささみ 豆乳	鶏がらスープの素 パン粉	もやし・きゅうり・人参 白菜・玉葱・りんご	お茶 オレンジ	お茶 白菜粥
12	土		チキンビーンズ マカロニサラダ	バナナ	ささみ・大豆	じゃが芋・ケチャップ マカロニ	玉葱・人参・きゅうり バナナ	お茶 りんご	お茶 ささみ粥
14	月		ジャーマンポテト 白菜サラダ キャベツ中華スープ	りんご	鶏ミンチ 豆乳	じゃが芋 鶏がらスープの素	玉葱・白菜・大根・人参 きゅうり・キャベツ・ニラ えのき・りんご	お茶 バナナ	お茶 白菜粥
15	火		肉うどん・こぶき芋 五色和え	バナナ	ささみ	うどん・じゃが芋	玉葱・人参・しいたけ 小松菜・もやし・しめじ バナナ	お茶 りんご	お茶 小松菜粥
16	水		鶏団子 きゅうりの酢の物	オレンジ	鶏ミンチ・豆乳 ささみ	鶏がらスープの素	きゅうり・キャベツ 人参・オレンジ	お茶 バナナ	お茶 キャベツ粥
17	木	太陽スポーツ(年長)	つくね 大豆の五目煮 なめこの味噌汁	スイカ	鶏ミンチ・豆腐 大豆・昆布・味噌	砂糖	玉葱・大根 なめこ・スイカ	お茶 オレンジ	お茶 大根粥
18	金		なすのミートソーススパゲティ 小松菜のきのこ和え レタスのコンソメスープ	バナナ	鶏ミンチ	スパゲティ ケチャップ 無添加コンソメ	なす・玉葱・人参・小松菜 キャベツ・しめじ・えのき しいたけ・レタス・バナナ	お茶 りんご	お茶 野菜粥
19	土		肉じゃが ひじきサラダ	オレンジ	ひじき ささみ	じゃが芋	人参・玉葱・きゅうり グリーンピース・オレンジ	お茶 バナナ	お茶 和風粥
21	月		ささみと野菜の煮物 小松菜のナムル わかめスープ	りんご	ささみ・わかめ	鶏がらスープの素	もやし・玉葱・人参 しめじ・ピーマン・大根 小松菜・りんご	お茶 オレンジ	お茶 ささみ粥
22	火		野菜の煮物 春雨の酢の物 なすの味噌汁	バナナ	ささみ・味噌	さつま芋・春雨	人参・玉葱・ごぼう・なす きゅうり・えのき・バナナ	お茶 りんご	お茶 さつま芋粥
23	水	リトミック(年長)	焼きうどん ひじきのゴマ和え ズッキーニのコンソメスープ	オレンジ	ささみ・青のり ひじき	うどん・ごま 無添加コンソメ	キャベツ・玉葱・人参 ピーマン・ズッキーニ もやし・しめじ・オレンジ	お茶 バナナ	お茶 キャベツ粥
24	木		鯛の煮付け ブロッコリーの和え物 けんちん汁	バナナ	鯛・ささみ 豆腐	片栗粉	ブロッコリー・大根・人参 ごぼう・バナナ	お茶 オレンジ	お茶 ブロッコリー粥
25	金	誕生会	～暑い夏も元気に過ごそう～ ひまわりコーン粥・スパサラ ハンバーグ・夏野菜中華スープ	スイカ	鶏ミンチ・豆腐	ケチャップ 鶏がらスープの素 パン粉・スパゲティ	コーン・きゅうり・玉葱 人参・オクラ・ズッキーニ スイカ	お茶 バナナ	お茶 野菜粥
26	土		チャプチェ ジャーマンポテト	オレンジ	ささみ・青のり	春雨・じゃが芋 鶏がらスープの素	キャベツ・人参・玉葱 オレンジ	お茶 バナナ	お茶 キャベツ粥
28	月	リトミック(年中)	鶏団子 ひじきの煮物 田舎汁	バナナ	鶏ミンチ ひじき・鶏むね肉 豆腐・味噌	鶏がらスープの素	人参・さやいんげん ごぼう・かぼちゃ・バナナ	お茶 オレンジ	お茶 かぼちゃ粥
29	火		夏野菜ボトフ 大豆サラダ ピーマンの煮物	りんご	大豆 ささみ	無添加コンソメ 鶏がらスープの素	玉葱・人参・かぼちゃ・なす ズッキーニ・きゅうり ピーマン・パプリカ・りんご	お茶 バナナ	お茶 洋風粥
30	水		鯛の煮付け キャベツのごま和え 玉葱のすまし汁	オレンジ	鯛・豆腐	ごま	キャベツ・人参・きゅうり 玉葱・青葱・オレンジ	お茶 りんご	お茶 玉葱粥
31	木		中華うどん おかか大根 トマト	バナナ	ささみ かつお節	うどん 鶏がらスープの素	キャベツ・人参・ニラ・大根 コーン・オクラ・トマト バナナ	お茶 オレンジ	お茶 大根粥



※ お子さまの月齢や進み具合に合わせて、初期・中期・後期・完了期食を提供しています。
そのため記載している使用食材や調理方法等が異なる場合があります。ご了承下さい。
気になることがありましたら、いつでもお声がけください。よろしくお願いします。

