

	1 (木)	2 (金)	3(土)	5・26(月)	6・20(木)	7・21(水)
前期	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g 豆腐と野菜のくず煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐つぶし 15g チンゲンサイ 15 人参 5 出し汁、片栗粉 野菜スープ <ul style="list-style-type: none"> 人参 5g たまねぎ 10 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> じゃが芋 20g 人参 10 出し汁 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> チンゲンサイ葉先ゆでてみじん 5g 白菜 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 10倍がゆ 30~40g 豆腐つぶし 20 人参 5 はくさい 10 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g 野菜スープ <ul style="list-style-type: none"> 玉ねぎ 10g 人参 5 キャベツ 10 じゃが芋 10 大根 10 出し汁 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> きゅうりおろしゆで 10g 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 10g 人参 5 小松菜葉先ゆでてみじん 10 出し汁 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> きゅうりおろしゆで 10g 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g 魚のすり流し煮 <ul style="list-style-type: none"> 白身魚すりつぶし 10g 出し汁、片栗粉 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> きゅうりおろしゆで 10g 出し汁 すまし汁 <ul style="list-style-type: none"> ふ 0.8g 玉ねぎ 5 出し汁
中期	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐つぶし 30g チンゲンサイ 30 人参 8 出し汁、しょうゆ、片栗粉 中華スープ <ul style="list-style-type: none"> 人参 8g たまねぎ 15 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 鶏肉と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉すりみ 10g じゃが芋 30 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 <ul style="list-style-type: none"> チンゲンサイゆでてみじん 15g 白菜ゆでてみじん 15 人参ゆでてみじん 3 出し汁、しょうゆ、砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐 30 人参 8 はくさい 20 出し汁、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 鶏肉と野菜のスープ煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉すりみ 5g 玉ねぎ 10 人参 5 キャベツ 15 じゃが芋 15 大根 15 出し汁、しょうゆ 野菜サラダ <ul style="list-style-type: none"> キャベツゆでてみじん 15g きゅうりみじんゆで 10 人参ゆでてみじん 8 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐の野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 20g 小松菜 10 人参 8 玉ねぎ 15 出し汁、砂糖、しょうゆ きゅうりの酢の物 <ul style="list-style-type: none"> きゅうりみじんゆで 20g 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 魚のほぐし煮 <ul style="list-style-type: none"> 白身魚ほぐし 25g 出し汁、砂糖、しょうゆ 千切り大根の緑和え <ul style="list-style-type: none"> 千切り大根やわらかゆでみじん 2g きゅうりおろしゆで 20 出し汁、酢、砂糖 すまし汁 <ul style="list-style-type: none"> そうめん 4g 玉ねぎ 10 出し汁、しょうゆ
後期完了期	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 肉と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 牛肉(赤身)みじん 15g チンゲンサイ 40 人参 10 出し汁、しょうゆ、片栗粉 中華スープ <ul style="list-style-type: none"> 豚肉(赤身)みじん 10g 人参 10 たまねぎ 20 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 鶏肉と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉みじん 15g じゃが芋 35 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 <ul style="list-style-type: none"> チンゲンサイゆでて粗みじん 20g 白菜ゆでて粗みじん 20 人参ゆでて粗みじん 5 出し汁、しょうゆ、砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ(軟飯) 90(80)g 豚肉(赤身)みじん 15 人参 10 はくさい 30 出し汁、砂糖、しょうゆ くだもの 50g 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 鶏肉と野菜のスープ煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉みじん 10g 玉ねぎ 15 人参 8 キャベツ 20 じゃが芋 20 大根 20 出し汁、しょうゆ 野菜サラダ <ul style="list-style-type: none"> キャベツゆでて粗みじん 20g きゅうり粗みじんゆで 15 人参ゆでて粗みじん 10 マヨネーズ風調味料 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 豆腐の野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 30g 豚肉(赤身)すりみ 15 小松菜 15 人参 10 玉ねぎ 20 出し汁、砂糖、しょうゆ きゅうりのしらす和え <ul style="list-style-type: none"> きゅうり粗みじんゆで 30g しらす干し 2 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 煮魚 <ul style="list-style-type: none"> 白身魚 35g 出し汁、砂糖、しょうゆ 千切り大根の甘酢和え <ul style="list-style-type: none"> 千切り大根ゆでてみじん 3g きゅうりみじんゆで 25 出し汁、酢、砂糖 すまし汁 <ul style="list-style-type: none"> そうめん 6g 玉ねぎ 10 出し汁、しょうゆ

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

※献立はあくまで目安であり、子どもの体調等により提供する食材や形態・量は異なります。

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。

	8・22(木)	9・29(金)(木)	10(土)	16(金)	28(水)	17(土)
前期	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> じゃが芋 20g 人参 5 出し汁 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> チンゲンサイ 10g 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g 豆腐のくず煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐つぶし 15g 出し汁、片栗粉 つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> 人参 10g 出し汁 みそ汁 <ul style="list-style-type: none"> じゃがいも 10g 玉ねぎ 10 出し汁、みそ少し 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 10倍がゆ 30~40g 豆腐つぶし 20 人参 5 玉ねぎ 10 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> じゃが芋 15g 玉ねぎ 5 人参 5 出し汁 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> キャベツ 10g 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> ふ 2g 人参 5 じゃがいも 10 出し汁 冬瓜のうすくず汁 <ul style="list-style-type: none"> 冬瓜ゆでてつぶし 10g 人参すりおろし 5 出し汁、片栗粉 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 10倍がゆ 30~40g 豆腐つぶし 20 人参 5 玉ねぎ 10 出し汁
中期	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 磯煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉すりみ 10g じゃが芋 25 人参 10 ひじきもどしてみじん 0.5 出し汁、砂糖、しょうゆ おひたし <ul style="list-style-type: none"> キャベツゆでてみじん 15g 人参ゆでてみじん 5 チンゲンサイゆでてみじん 10 出し汁、さとう、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 鶏肉のほぐし煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉ほぐし 25g 出し汁、砂糖、しょうゆ マカロニサラダ <ul style="list-style-type: none"> マカロニゆでてみじん 3g きゅうりゆでてみじん 10 人参みじんゆで 5 出し汁、しょうゆ みそ汁 <ul style="list-style-type: none"> じゃがいも 15g 玉ねぎ 15 出し汁、みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 鶏肉すりみ 10 人参 8 玉ねぎ 20 出し汁、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g ツナと野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> ツナほぐし 10g じゃが芋 20 玉ねぎ 20 人参 5 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 <ul style="list-style-type: none"> キャベツゆでてみじん 20g 人参 " 8 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g ふと野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> ふ 2g 人参 10 じゃがいも 20 出し汁、砂糖、しょうゆ 冬瓜のすまし汁 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉すりみ 5g 冬瓜ゆでてきざみ 20 人参 5 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐つぶし 30 人参 8 玉ねぎ 20 出し汁、砂糖、しょうゆ
後期 完了期	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 磯煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉みじん 15g じゃが芋 35 人参 15 ひじきもどしてみじん 1 出し汁、砂糖、しょうゆ おひたし <ul style="list-style-type: none"> キャベツゆでて粗みじん 20g 人参ゆでて粗みじん 8 チンゲンサイゆでて粗みじん 15 出し汁、さとう、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 鶏肉のほぐし煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉ほぐし 35g 出し汁、砂糖、しょうゆ マカロニサラダ <ul style="list-style-type: none"> マカロニゆでて粗みじん 4g きゅうり粗みじんゆで 15 人参ゆでて粗みじん 10 マヨネーズ風調味料 みそ汁 <ul style="list-style-type: none"> じゃがいも 20g 玉ねぎ 20 出し汁、みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ(軟飯) 90 (80) g 鶏肉みじん 15 人参 10 玉ねぎ 30 出し汁、砂糖、しょうゆ くだもの 50g 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g ツナと野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> ツナほぐし 15g じゃが芋 30 玉ねぎ 30 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 <ul style="list-style-type: none"> キャベツゆでて粗みじん 30g 人参 " 10 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 千切り大根の煮物 <ul style="list-style-type: none"> 千切り大根 4g 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ 冬瓜のすまし汁 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉みじん 10g 冬瓜ゆでて粗きざみ 20 人参 10 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ(軟飯) 90 (80) g ミンチ(赤身) 15 人参 10 玉ねぎ 30 出し汁、砂糖、しょうゆ くだもの 50g

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

※献立はあくまで目安であり、子どもの体調等により提供する食材や形態・量は異なります。

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。

令和6年8月分 離乳食献立表

	19(月)	24(土)	27(火)	23(金)	30(金)	31(土)
前期	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 豆腐 20g じゃが芋 15 玉ねぎ 5 人参 5 出し汁 トマト トマトつぶしゆで 10g 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 10倍がゆ 豆腐つぶし 30~40g 20 人参 5 キャベツ 10 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 豆腐 20g じゃが芋 10 玉ねぎ 10 人参 5 出し汁 煮浸し キャベツ 10g 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> 人参がゆ 10倍がゆ 30g 人参 5 豆腐のくず煮 豆腐つぶし 15g 出し汁、片栗粉 煮浸し チンゲンサイ葉先ゆでてみじん 5g キャベツ 5 出し汁 すまし汁 玉ねぎ 10g 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g 豆腐のくず煮 豆腐つぶし 10g 人参おろし 5 玉ねぎおろし 5 出し汁、片栗粉 煮浸し キャベツ 10g 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 10倍がゆ 豆腐つぶし 30~40g 20 玉ねぎ 10 人参 5 出し汁
中期	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐と野菜煮 豆腐 40g じゃが芋 20 玉ねぎ 10 人参 10 出し汁 フレンチサラダ キャベツゆでてみじん 15g きゅうりみじんゆで 10 トマト湯むきざみ 10 出し汁、酢、砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 7~5倍がゆ 豆腐 50~80g 30 人参 8 キャベツ 20 出し汁、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐と野菜煮 豆腐 30g じゃが芋 20 玉ねぎ 20 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ おひたし キャベツゆでてみじん 15g 人参ゆでてみじん 5 チンゲンサイゆでてみじん 10 出し汁、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 人参がゆ 7~5倍がゆ 40g 人参つぶし 10 鶏肉のほぐし煮 鶏肉ほぐし 25g 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 チンゲンサイゆでてみじん 15g キャベツゆでてみじん 15 人参ゆでてみじん 3 出し汁、しょうゆ、砂糖 すまし汁 玉ねぎ 15g 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐のくず煮 豆腐 20g 人参 5 玉ねぎ 10 出し汁、片栗粉、砂糖、しょうゆ ツナサラダ ツナほぐし 5g キャベツゆでてみじん 10 人参ゆでてみじん 5 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 7~5倍がゆ 鶏肉すりみ 50~80g 10 玉ねぎ 20 人参 8 出し汁、砂糖、しょうゆ
後期完了期	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g ケチャップ煮 豚肉(赤身)みじん 15g じゃが芋 30 玉ねぎ 20 人参 10 マカロニ 3 出し汁、ケチャップ、砂糖 フレンチサラダ キャベツゆでて粗みじん 20g きゅうり粗みじんゆで 10 トマト湯むき粗みじん 15 出し汁、酢、砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 全がゆ(軟飯) 90(80)g 豚肉(赤身)みじん 15 人参 10 キャベツ 30 出し汁、砂糖、しょうゆ くだもの 50g 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 肉と野菜煮 牛肉(赤身)みじん 15g じゃが芋 30 玉ねぎ 30 人参 15 出し汁、ケチャップ、砂糖 おひたし キャベツゆでて粗みじん 20g 人参ゆでて粗みじん 8 チンゲンサイゆでて粗みじん 15 出し汁、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 人参がゆ ~ 軟飯 全がゆ(軟飯) 90(80)g 人参つぶし 20 鶏肉のほぐし煮 鶏肉ほぐし 35g 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 チンゲンサイゆでて粗みじん 20g キャベツゆでて粗みじん 20 人参ゆでて粗みじん 5 出し汁、しょうゆ、砂糖 すまし汁 玉ねぎ 20g 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 豆腐のくず煮 豆腐 30g ミンチ(赤身)すりみ 15 人参 5 玉ねぎ 20 出し汁、片栗粉、砂糖、しょうゆ ツナサラダ ツナほぐし 10g キャベツゆでて粗みじん 15 人参ゆでて粗みじん 5 マヨネーズ風調味料 くだもの 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 全がゆ(軟飯) 90(80)g 鶏肉みじん 15 玉ねぎ 30 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ くだもの

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

※献立はあくまで目安であり、子どもの体調等により提供する食材や形態・量は異なります。

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。