

おべんとう 12日(水)13日(木)14日(金)

令和8年8月分 離乳食献立表

ひとつばい保育園

NO.1

	1(土)	3・17(月)	4・18(火)	5・19(水)	6・20(木)	7・27(金)(木)
前期	・ぞうすい 10倍がゆ 30～40g 豆腐つぶし 20 人参 5 玉ねぎ 10 出し汁	・つぶしがゆ 30～40g ・野菜スープ じゃがいも 10g 玉ねぎ 10 人参 5 大根 10 出し汁 ・煮浸し きゅうり 10g 人参 5 出し汁	・つぶしがゆ 30～40g ・豆腐のくず煮 豆腐つぶし 15g 人参おろし 5 出し汁 ・煮浸し キャベツ 15g 出し汁 ・冬瓜のうすくず汁 冬瓜 10g 人参 5 出し汁、片栗粉	・つぶしがゆ 30～40g ・魚のすり流し煮 白身魚すりつぶし 10g 出し汁、片栗粉 ・煮浸し キャベツ 10g 人参 5 出し汁 ・すまし汁 ふ 0.8g 玉ねぎ 5 出し汁	・つぶしがゆ 30～40g ・豆腐のくず煮 豆腐つぶし 20g 出し汁、片栗粉 ・煮浸し きゅうり 10g 出し汁 ・みそ汁 じゃがいも 10g 玉ねぎ 10 出し汁、みそ少し	・つぶしがゆ 30～40g ・豆腐と野菜のつぶし煮 豆腐 10g キャベツ 5 人参 3 玉ねぎ 5 出し汁 ・野菜スープ クリームコーン(缶)裏ごし 10g トマト湯むき 5 出し汁
中期	・ぞうすい 7～5倍がゆ 50～80g 豆腐つぶし 30 人参 8 玉ねぎ 15 出し汁、砂糖、しょうゆ	・7～5倍がゆ 50～80g ・鶏肉と野菜のスープ煮 鶏肉すりみ 5g じゃが芋 15 玉ねぎ 10 人参 5 大根 15 出し汁、しょうゆ ・野菜サラダ キャベツ 15g きゅうり 10 人参 8 出し汁、しょうゆ	・7～5倍がゆ 50～80g ・いり豆腐 豆腐つぶし 30g 人参 5 出し汁、砂糖、しょうゆ ・和え物 キャベツ 30g 出し汁、砂糖、しょうゆ ・冬瓜のすまし汁 冬瓜 20g 人参 8 出し汁、しょうゆ	・7～5倍がゆ 50～80g ・魚のほぐし煮 白身魚ほぐし 25g 出し汁、砂糖、しょうゆ ・おひたし 小松菜 10g キャベツ 15 人参 5 出し汁、砂糖、しょうゆ ・すまし汁 ふ 1.2g 玉ねぎ 10 出し汁、しょうゆ	・7～5倍がゆ 50～80g ・鶏肉のほぐし煮 鶏肉ほぐし 25g 出し汁、砂糖、しょうゆ ・きゅうりの酢の物 きゅうり 20g 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ ・みそ汁 じゃがいも 15g 玉ねぎ 15 出し汁、みそ	・7～5倍がゆ 50～80g ・豆腐と野菜煮 豆腐 20g キャベツ 15 人参 5 玉ねぎ 10 出し汁、砂糖、しょうゆ ・野菜スープ クリームコーン(缶)裏ごし 10g トマト湯むき 10 出し汁、しょうゆ
後期 完了期	・ぞうすい 全がゆ(軟飯) 90(90)g 豚肉(赤身)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	・全がゆ90～軟飯90g ・鶏肉と野菜のスープ煮 鶏肉みじん 10g じゃが芋 20 玉ねぎ 15 人参 8 大根 20 出し汁、しょうゆ ・野菜サラダ キャベツ 20g きゅうり 15 人参 10 マヨネーズ風調味料	・全がゆ90～軟飯90g ・いり豆腐 豆腐つぶし 40g 牛肉(赤身)みじん 15 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ ・和え物 キャベツ 40g 出し汁、砂糖、しょうゆ ・冬瓜のすまし汁 冬瓜 30g 人参 10 出し汁、しょうゆ	・全がゆ90～軟飯90g ・煮魚 白身魚 35g 出し汁、砂糖、しょうゆ ・おひたし 小松菜 15g キャベツ 20 人参 8 出し汁、砂糖、しょうゆ ・すまし汁 ふ 1.5g 玉ねぎ 10 出し汁、しょうゆ	・全がゆ90～軟飯90g ・鶏肉のほぐし煮 鶏肉ほぐし 35g 出し汁、砂糖、しょうゆ ・きゅうりのしらす和え きゅうり 30g しらす干し 2 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ ・みそ汁 じゃがいも 20g 玉ねぎ 20 出し汁、みそ	・全がゆ90～軟飯90g ・肉と野菜煮 豚肉(赤身)みじん 15g ビーフン 5 キャベツ 20 人参 10 玉ねぎ 15 出し汁、砂糖、しょうゆ ・コーンと卵の華風スープ クリームコーン(缶) 15g トマト湯むき 10 卵 15 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。

令和8年8月分 離乳食献立表

ひとふが保育園

NO.2

	8(土)	10・24(月)	26(水)		28(金)	
前期	・ぞうすい 10倍がゆ 30～40g - 豆腐つぶし 20 - 玉ねぎ 10 - 人参 5 - 出し汁	・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 ・煮浸し キャベツ 10g - きゅうり 10 - 出し汁	・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	・つぶしがゆ 30～40g ・つぶし煮 大根 10g - じゃが芋 15 - 人参 8 - 出し汁 ・煮浸し 小松菜葉先 5g - 出し汁	・つぶしがゆ 30～40g ・豆腐と野菜のつぶし煮 豆腐つぶし 10g - 玉ねぎおろし 5 - 人参おろし 5 - 出し汁、片栗粉 ・煮浸し キャベツ 10g - 人参 5 - 出し汁	・ぞうすい 10倍がゆ 30～40g - 豆腐つぶし 20 - 人参 5 - 玉ねぎ 10 - 出し汁
中期	・ぞうすい 7～5倍がゆ 50～80g - 豆腐つぶし 30 - 玉ねぎ 20 - 人参 8 - 出し汁、砂糖、しょうゆ	・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 15g - きゅうり 10 - みかん(缶) 5 酢、砂糖、しょうゆ	・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 ・和え物 キャベツ 20g - 人参 8 - 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ	・7～5倍がゆ 50～80g ・鶏肉と野菜煮 鶏肉すりみ 10g - 大根 15 - じゃが芋 25 - 人参 10 - 出し汁、砂糖、しょうゆ ・和え物 小松菜 15g - もやし 5 - 出し汁、しょうゆ、砂糖	・7～5倍がゆ 50～80g ・豆腐のくず煮 豆腐 20g - 玉ねぎ 10 - 人参 5 - 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 10 - 人参 5 - 出し汁、しょうゆ	・ぞうすい 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
後期 完了期	・ぞうすい 全がゆ(軟飯) 90(80)g - ミンチ(赤身) 15 - 玉ねぎ 30 - 人参 10 - 出し汁、砂糖、しょうゆ ・くだもの 50g	・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 20g - きゅうり 10 - みかん(缶) 10 酢、砂糖、しょうゆ	・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、砂糖、しょうゆ ・和え物 キャベツ 30g - 人参 10 - 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ	・全がゆ90 ～ 軟飯90g ・鶏肉と野菜煮 鶏肉みじん 15g - 大根 20 - じゃが芋 30 - 人参 12 - 出し汁、砂糖、しょうゆ ・和え物 小松菜 20g - もやし 10 - 出し汁、しょうゆ、砂糖	・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 - 玉ねぎ 20 - 人参 5 - 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 15 - 人参 5 - マヨネーズ風調味料	・ぞうすい 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

※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。

	22(土)	25(火)	27(金)	29(土)	31(月)	
前期	・ぞうすい 10倍がゆ 30～40g 豆腐つぶし 20 キャベツ 10 人参 5 出し汁	・つぶしがゆ 30～40g ・つぶし煮 ふ 2g 人参 5 じゃがいも 10 出し汁 ・みそ汁 豆腐 10g 人参 5 出し汁、みそ少し	・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 5g キャベツ 5 出し汁 ・すまし汁 ふ 0.8g 玉ねぎ 5 出し汁	・ぞうすい 10倍がゆ 30～40g 玉ねぎ 10 人参 5 出し汁	・つぶしがゆ 30～40g ・つぶし煮 じゃが芋 10g 人参 5 玉ねぎ 10 出し汁 ・煮浸し きゅうり 10g 出し汁	
中期	・ぞうすい 7～5倍がゆ 50～80g 豆腐 30 キャベツ 20 人参 8 出し汁、砂糖、しょうゆ	・7～5倍がゆ 50～80g ・ふと野菜煮 ふ 2g 人参 10 じゃがいも 20 出し汁、砂糖、しょうゆ ・みそ汁 豆腐 20g 人参 5 出し汁、みそ	・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 15g キャベツ 15 人参 3 出し汁、しょうゆ、砂糖 ・すまし汁 ふ 1.2g 玉ねぎ 10 出し汁、しょうゆ	・ぞうすい 7～5倍がゆ 50～80g 鶏肉すりみ 5 玉ねぎ 15 人参 8 出し汁、砂糖、しょうゆ	・7～5倍がゆ 50～80g ・鶏肉と野菜煮 鶏肉すりみ 10g じゃが芋 20 人参 8 玉ねぎ 10 出し汁、砂糖、しょうゆ ・スパゲティサラダ スパゲティ 3g きゅうり 10 人参 5 出し汁、しょうゆ	
後期 完了期	・ぞうすい 全がゆ(軟飯) 90(80)g 豚肉(赤身)みじん 15 キャベツ 30 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ ・くだもの 50g	・全がゆ90 ～ 軟飯90g ・千切り大根の煮物 千切り大根 4g 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ ・豚汁 豚肉(赤身)みじん 10g 豆腐 30 人参 10 出し汁、みそ	・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 20g キャベツ 20 人参 5 出し汁、しょうゆ、砂糖 ・すまし汁 ふ 1.5g 玉ねぎ 10 出し汁、しょうゆ	・ぞうすい 全がゆ(軟飯) 90(90)g 鶏肉みじん 15 玉ねぎ 20 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ ・くだもの 50g	・全がゆ90 ～ 軟飯90g ・鶏肉と野菜煮 鶏肉みじん 15g じゃが芋 30 人参 10 玉ねぎ 15 出し汁、砂糖、しょうゆ ・スパゲティサラダ スパゲティ 4g きゅうり 15 人参 10 マヨネーズ風調味料	

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。

※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。