

日	曜	おひる	おやつ(牛乳)	●熱や力になる	▲血や肉になる	■体の調子を整える
1	金	ロールパン チキンのトマト煮 コーンブレイク入りサラダ ポトフ オレンジ	[午前] かりんとう [午後] 海苔おにぎり	パン 米 油 マヨネーズ	鶏肉 海苔	五葱 胡瓜 人参 レタス サニーレタス キャベツ 大根 パセリ オレンジ
2	土	焼きビーフン 千切りサラダ オニオンスープ 桃缶	[午前] おこし [午後] ハッピーターン	ビーフン ごま油 油	豚肉 えび	もやし 人参 五葱 ピーマン キャベツ 胡瓜 黄パプリカ ミニトマト パセリ
4	月	ご飯 とん平焼き キャベツの海苔和え 白菜と薄揚げの味噌汁 パナナ	[午前] あられ [午後] とう焼き	米 油 マヨネーズ	卵 豚肉 薄揚げ 海苔	キャベツ 葱 人参 小松菜 白菜 パナナ
5	火	味噌ラーメン 千草豆腐 大根の甘酢和え スイカ	[午前] 野菜チップス [午後] ツナと胡瓜の海苔巻き	中華麺 米 油 マヨネーズ	豚肉 ツナ 豆腐 卵 海苔 ひじき	もやし にら にんにく 白葱 ごぼう 人参 大根 胡瓜 スイカ
6	水	焼き飯 春巻き 青梗菜のナムル キャベツとコーンのスープ 桃ゼリー	[午前] かりんとう [午後] シアチーズタルト	米 ごま油 バター	牛ミンチ 豚ミンチ 豚肉	葱 菊 人参 ピーマン 生姜 青梗菜 もやし にんにく
7	木	ご飯 鮭の塩焼 白和え 茄子の味噌汁 りんご	[午前] おこし [午後] ポテトフライ	米 油 じゃが芋	鮭 厚揚げ	人参 小松菜 茄子 もやし 葱 りんご
8	金	ご飯 鶏肉の西京焼き 野菜の胡麻和え 豆苗のすまし汁 バイナッフル	[午前] あられ [午後] パナナケーキ	米 油	鶏肉 豆腐 わかめ	ごぼう 人参 キャベツ ほうれん草 三つ葉 バイナッフル
9	土	豚バラときのこの焼うどん 小松菜の海苔和え 大根のすまし汁 みかん缶	[午前] 野菜チップス [午後] 源氏パイ	うどん 油	豚肉 海苔	にんにく 舞茸 しめじ えのき 五葱 大葉 小松菜 人参 キャベツ 大根
12	火	ご飯 鯉のきし焼き 白菜のしらす和え 五葱の味噌汁 パナナ	[午前] かりんとう [午後] 焼き芋	米 さつまいも 油	鯉 しらす	生姜 白菜 人参 小松菜 えのき 五葱 葱 パナナ
13	水	ご飯 豚肉の胡麻醤油炒め 干し大根の酢の物 麩とえのきのすまし汁 バイン缶	[午前] おこし [午後] シュガースティックパイ	米 油 ごま油	豚肉 わかめ	五葱 にら 人参 白葱 にんにく 生姜 胡瓜 三つ葉 えのき
14	木	ミートソースのペンネ 鮭のソテー キャベツのピクルス じゃが芋のスープ バイン缶	[午前] あられ [午後] 塩昆布のおにぎり	ペンネ 米 じゃが芋 油	牛ミンチ 鮭	にんにく 生姜 五葱 パセリ キャベツ 五葱
15	金	ご飯 麻婆豆腐 フロッグリーのナムル 五葱とわかめのスープ みかん缶	[午前] 野菜チップス [午後] ココア蒸しパン	米 油 ごま油	豆腐 豚ミンチ わかめ	白葱 生姜 にんにく フロッグリー 人参 五葱 葱
16	土	焼きそば 大根の浅漬け なめこの味噌汁 バイン缶	[午前] かりんとう [午後] サッポロポテト	中華麺 油	豚肉	キャベツ 人参 にら もやし 大根 なめこ えのき 葱
18	月	ご飯 鯖の塩こうじ焼き ほうれん草の胡麻和え 大根と豆苗のすまし汁 パナナ	[午前] おこし [午後] コーンブレイクのおこし	米 油	鯖 薄揚げ	ほうれん草 もやし 人参 大根 豆苗 パナナ
19	火	鶏塩うどん じゃこ入り卵焼き オクラのおかか和え オレンジ	[午前] あられ [午後] シーチキンご飯	うどん 米 油	鶏肉 しらす 卵 ツナ ひじき	白葱 五葱 葱 オクラ トマト オレンジ
20	水	ご飯 鰯のかば焼き 納豆和え 里芋とニラの味噌汁 りんご	[午前] 野菜チップス [午後] じゃがチーズ餅	米 油 じゃが芋 マヨネーズ	鰯 チーズ 納豆 海苔	小松菜 キャベツ 人参 にら 里芋 りんご
21	木	ツナサンド 大根と水菜のサラダ コンソメスープ バイナッフル	[午前] かりんとう [午後] 梅おかかおにぎり	パン 米 油 マヨネーズ ごま油	ツナ しらす わかめ	胡瓜 大根 人参 水菜 ミニトマト 五葱 パセリ バイナッフル
22	金	ご飯 ゴーヤチャンフル 白菜の浅漬け 冬瓜のすまし汁 グレープフルーツ	[午前] おこし [午後] 豆乳くずもち	米 油	豚肉 豆腐	にがうり 人参 もやし 五葱 白菜 冬瓜 葱 グレープフルーツ
23	土	高菜スパゲッティー 大根サラダ ほうれん草のスープ 桃缶	[午前] あられ [午後] かっぱえびせん	パスタ ごま油 油	しらす ツナ	大根 かいわれ大根 ほうれん草 五葱
25	月	ご飯 カレイの香味ソース ささみと野菜の和え物 じゃが芋の味噌汁 スイカ	[午前] 野菜チップス [午後] フルーツサンド	米 油 じゃが芋 パン	カレイ ささみ 薄揚げ	白葱 にんにく 生姜 小松菜 もやし キャベツ 五葱 スイカ
26	火	冷麺 鶏肉の照り焼き 豆苗の中華和え オレンジ	[午前] かりんとう [午後] きつねおむすび	中華麺 米 油 ごま油	ささみ 卵 鶏肉 薄揚げ	胡瓜 トマト もやし キャベツ 豆苗 人参 オレンジ
27	水	夏野菜のドライカレー じゃが芋のガレット かりかりじゃこサラダ メロン	[午前] おこし [午後] りんごゼリー	米 じゃが芋 油 ごま油	牛ミンチ 豚ミンチ チーズ わかめ しらす	五葱 枝豆 ピーマン 南瓜 スッキーニ 茄子 大根 人参 水菜 ミニトマト メロン
28	木	ご飯 ふくさ焼き トマトと胡瓜の酢の物 油揚げと五葱の味噌汁 パナナ	[午前] あられ [午後] 焼きいも	米 さつまいも 油	卵 鶏ミンチ わかめ しらす 薄揚げ	白葱 五葱 胡瓜 トマト 葱 パナナ
29	金	ご飯 肉豆腐 長芋のおかか和え 豆苗のすまし汁 バイナッフル	[午前] 野菜チップス [午後] 揚げパン	米 パン 油	豆腐 牛肉	五葱 ピーマン 白葱 長いも ほうれん草 人参 豆苗 バイナッフル
30	土	焼うどん 青梗菜の海苔和え 麩と五葱のすまし汁 みかん缶	[午前] かりんとう [午後] ぼたぼた焼き	うどん 油	豚肉 海苔	キャベツ 人参 にら もやし 青梗菜 葱 五葱

令和7年度 🌻🍉🍷🍷🍷🍷🍷 8月 離乳食献立表 🌻🍉🍷🍷🍷🍷🍷 ゆいかごこども園

日	曜	おひる	食材	おやつ
1	金	パン粥 魚と野菜の煮物	パン 鯛 胡瓜 大根 人参	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
2	土	煮込みうどん 魚と野菜の煮物	うどん カレイ 人参 玉葱 キャベツ	[午前] バナナ [午後] 赤ちゃんせんべい
4	月	軟飯 ささみと野菜の煮物	米 ささみ 白菜 大根 ジャガイモ	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
5	火	煮込みうどん 豆腐と野菜の煮物	うどん 豆腐 大根 胡瓜 南瓜	[午前] バナナ [午後] 軟飯
6	水	軟飯 魚と野菜の煮物	米 鮭 人参 キャベツ さつまいも	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
7	木	軟飯 魚と野菜の煮物	米 鯛 人参 茄子 ジャガイモ	[午前] バナナ [午後] 軟飯
8	金	軟飯 豆腐と野菜の煮物	米 豆腐 ほうれん草 キャベツ 南瓜	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
9	土	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	うどん ささみ キャベツ 大根 玉葱	[午前] バナナ [午後] 赤ちゃんせんべい
12	火	軟飯 魚と野菜の煮物	米 カレイ さつまいも 人参 玉葱	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
13	水	軟飯 魚と野菜の煮物	米 鮭 玉葱 人参 南瓜	[午前] バナナ [午後] 軟飯
14	木	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	うどん ささみ 玉葱 キャベツ ジャガイモ	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
15	金	軟飯 豆腐と野菜の煮物	米 豆腐 フロッコリー 人参 大根	[午前] バナナ [午後] 軟飯
16	土	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	うどん ささみ 大根 さつまいも キャベツ	[午前] バナナ [午後] 赤ちゃんせんべい
18	月	軟飯 魚と野菜の煮物	米 カレイ ほうれん草 人参 大根	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
19	火	煮込みうどん 魚と野菜の煮物	うどん 鮭 玉葱 トマト 南瓜	[午前] バナナ [午後] 軟飯
20	水	軟飯 魚と野菜の煮物	米 鯛 キャベツ 人参 ジャガイモ	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
21	木	パン粥 ささみと野菜の煮物	パン ささみ 胡瓜 人参 大根	[午前] バナナ [午後] 軟飯
22	金	軟飯 豆腐と野菜の煮物	米 豆腐 玉葱 白菜 さつまいも	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
23	土	煮込みうどん 魚と野菜の煮物	うどん 鮭 大根 ほうれん草 玉葱	[午前] バナナ [午後] 赤ちゃんせんべい
25	月	軟飯 魚と野菜の煮物	米 カレイ キャベツ 人参 ジャガイモ	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
26	火	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	うどん ささみ トマト 胡瓜 人参	[午前] バナナ [午後] 軟飯
27	水	軟飯 魚と野菜の煮物	米 鯛 玉葱 ピーマン 南瓜	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
28	木	軟飯 魚と野菜の煮物	米 カレイ 胡瓜 トマト 大根	[午前] バナナ [午後] 軟飯
29	金	軟飯 豆腐と野菜の煮物	米 豆腐 ほうれん草 人参 玉葱	[午前] 赤ちゃんせんべい [午後] 軟飯
30	土	煮込みうどん ささみと野菜の煮物	うどん ささみ キャベツ 人参 玉葱	[午前] バナナ [午後] 軟飯

※午前のおやつは変更する場合があります。 6日はお誕生日会です。

立案者:辻 桃音