



# 2023年8月 どんぐりこども園 離乳食 中期・後期予定献立表



日	曜日	初期5～6ヶ月頃	材料	中期7～8ヶ月頃	材料	後期9～11ヶ月頃	材料	日	曜日	初期5～6ヶ月頃	材料	中期7～8ヶ月頃	材料	後期9～11ヶ月頃	材料
1	火			全がゆ 鶏肉の照り煮 野菜の煮びたし 麩と大根のすまし汁	米 鶏肉 人参・キャベツ・きゅうり 麩・大根	全がゆ～軟飯 鶏肉の照り煮 野菜の煮びたし 麩と大根のすまし汁	米 鶏肉 人参・キャベツ・きゅうり 麩・大根	17	木			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 さつまいもの甘煮 チンゲン菜のスープ	米 高野豆腐・キャベツ・玉ねぎ さつまいも・人参 チンゲン菜	全がゆ～軟飯 豚肉と野菜の煮物 さつまいもの甘煮 チンゲン菜のスープ	米 豚肉・キャベツ・玉ねぎ さつまいも・人参 チンゲン菜
2	水			全がゆ じゃが芋のそぼろ煮 キャベツのお浸し 人参のスープ	米 鶏肉・じゃが芋 キャベツ・玉ねぎ 人参	全がゆ～軟飯 じゃが芋のそぼろ煮 キャベツのお浸し 人参のスープ	米 鶏肉・じゃが芋 キャベツ・玉ねぎ 人参	18	金			味噌煮込みうどん 切干大根煮	うどん・麩・もやし 長ねぎ・小松菜 切干大根・人参	味噌煮込みうどん 切干大根煮	うどん・豚肉・もやし 長ねぎ・小松菜 切干大根・人参
3	木			全がゆ 豆腐の煮物 もやしの納豆煮 玉ねぎの味噌汁	米 豆腐 もやし・人参・納豆 わかめと玉ねぎの味噌汁	全がゆ～軟飯 肉豆腐 もやしの納豆煮 わかめ・玉ねぎ	米 豆腐・豚肉 もやし・人参・納豆 わかめ・玉ねぎ	19	土			全がゆ 鶏肉とじゃが芋の煮物 野菜のすまし汁	米 鶏肉・じゃが芋 玉ねぎ・人参・長ねぎ	全がゆ～軟飯 鶏肉とじゃが芋の煮物 野菜のすまし汁	米 鶏肉・じゃが芋 玉ねぎ・人参・長ねぎ
4	金			全がゆ 野菜のそぼろ煮 人参の煮びたし チンゲン菜のスープ	米 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ 人参・ピーマン チンゲン菜	全がゆ～軟飯 野菜とそぼろのケチャップ煮 人参の煮びたし チンゲン菜のスープ	米 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ 人参・ピーマン チンゲン菜	21	月			全がゆ 野菜のそぼろ煮 人参の納豆煮 麩の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・もやし 人参・納豆 麩	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 人参の納豆煮 麩の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・もやし 人参・納豆 麩
5	土			全がゆ 高野豆腐とじゃが芋の煮物 野菜の味噌汁	米 高野豆腐・じゃが芋 玉ねぎ・人参・長ねぎ	全がゆ～軟飯 高野豆腐とじゃが芋の煮物 野菜の味噌汁	米 高野豆腐・じゃが芋 玉ねぎ・人参・長ねぎ	22	火			全がゆ 鮭の煮つけ もやしと人参のお浸し キャベツのスープ	米 鮭 もやし・人参 キャベツ	全がゆ～軟飯 鮭の煮つけ もやしと人参のお浸し キャベツのスープ	米 鮭 もやし・人参 キャベツ
7	月			煮込みうどん さつまいもの甘煮	うどん・鶏肉 人参・玉ねぎ さつまいも	煮込みうどん さつまいもの甘煮	うどん・鶏肉 人参・玉ねぎ さつまいも	23	水			全がゆ 豆腐となすの味噌煮 かぼちゃの甘煮 大根とほうれん草のすまし汁	米 豆腐・なす かぼちゃ・人参 大根・ほうれん草	全がゆ～軟飯 麻婆なす豆腐 かぼちゃの甘煮 大根とほうれん草のすまし汁	米 豚肉・豆腐・なす かぼちゃ・人参 大根・ほうれん草
8	火			全がゆ カレイと野菜の煮つけ もやしと人参の煮びたし なすのスープ	米 カレイ・玉ねぎ・キャベツ もやし・人参 なす	全がゆ～軟飯 アジと野菜の煮つけ もやしと人参の煮びたし なすのスープ	米 アジ・玉ねぎ・キャベツ もやし・人参 なす	24	木			全がゆ しらすと大根の煮物 マカロニ煮 長ねぎのスープ	米 しらす・大根・人参 マカロニ・きゅうり・キャベツ 長ねぎ	全がゆ～軟飯 豚大根 マカロニ煮 長ねぎのスープ	米 豚肉・大根・人参 マカロニ・きゅうり・キャベツ 長ねぎ
9	水			パンがゆ しらすとじゃが芋のシチュー 野菜の煮物	食パン しらす・じゃが芋 玉ねぎ・牛乳 キャベツ・人参	パンがゆ～食パン 豚肉とじゃが芋のシチュー 野菜のケチャップ煮	食パン 豚肉・じゃが芋 玉ねぎ・牛乳 キャベツ・人参	25	金			全がゆ 鶏肉とじゃが芋のシチュー キャベツの煮びたし	米 鶏肉・じゃが芋 玉ねぎ・人参・牛乳 もやし・キャベツ	全がゆ～軟飯 鶏肉とじゃが芋のシチュー キャベツの煮びたし	米 鶏肉・じゃが芋 玉ねぎ・人参・牛乳 もやし・キャベツ
10	木			全がゆ 野菜のそぼろ煮 キャベツのお浸し 長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 キャベツ 長ねぎ	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 キャベツのお浸し 長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 キャベツ 長ねぎ	26	土			全がゆ 高野豆腐と人参の煮物 具沢山汁	米 高野豆腐・人参 玉ねぎ・じゃが芋・長ねぎ	全がゆ～軟飯 高野豆腐と人参の煮物 具沢山汁	米 高野豆腐・人参 玉ねぎ・じゃが芋・長ねぎ
12	土			全がゆ 高野豆腐とじゃが芋の煮物 具沢山スープ	米 高野豆腐・じゃが芋 玉ねぎ・人参・長ねぎ	全がゆ～軟飯 高野豆腐とじゃが芋の煮物 具沢山スープ	米 高野豆腐・じゃが芋 玉ねぎ・人参・長ねぎ	28	月			パンがゆ 鶏肉と野菜の煮物 スパゲティ煮 キャベツのスープ	食パン 鶏肉・玉ねぎ・ピーマン スパゲティ・人参 キャベツ	パンがゆ～食パン 鶏肉と野菜のケチャップ煮 スパゲティ・人参 キャベツのスープ	食パン 鶏肉・玉ねぎ・ピーマン スパゲティ・人参 キャベツ
14	月			全がゆ カレイの味噌煮 人参と玉ねぎの甘煮 大根のすまし汁	米 カレイ 人参・玉ねぎ 大根	全がゆ～軟飯 豚肉の味噌煮 ひじきの甘煮 大根のすまし汁	米 豚肉 ひじき・人参・玉ねぎ 大根	29	火			味噌煮込みうどん 野菜のお浸し	うどん・豆腐 玉ねぎ・人参 キャベツ・もやし	味噌煮込みうどん 野菜のお浸し	うどん・豆腐 玉ねぎ・人参 キャベツ・もやし
15	火			全がゆ 鶏肉とトマトのシチュー	米 鶏肉・トマト 玉ねぎ・牛乳	全がゆ～軟飯 鶏肉とトマトのシチュー	米 鶏肉・トマト 玉ねぎ・牛乳	30	水			全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 人参の甘煮 麩のすまし汁	米 鶏肉・玉ねぎ 人参・キャベツ 麩	全がゆ～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 人参の甘煮 麩のすまし汁	米 鶏肉・玉ねぎ 人参・キャベツ 麩
16	水			全がゆ 野菜のそぼろ煮 ビーフン煮 長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ ビーフン・人参 わかめと長ねぎの味噌汁	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 ビーフン煮 わかめと長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ ビーフン・人参 わかめ・長ねぎ	31	木			全がゆ カレイのトマト煮 野菜の煮びたし マカロニスープ	米 カレイ・トマト 人参・玉ねぎ マカロニ	全がゆ～軟飯 カレイのトマト煮 野菜の煮びたし マカロニスープ	米 カレイ・トマト 人参・玉ねぎ マカロニ

\*材料購入の関係上、多少の変更はご了承願います。

\*献立の「軟飯・お粥・つぶし粥」に使用しているお米は、国内産米となっています。

\*保育園ではいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しください。よろしくお願いいたします。