離乳食献立予定表　　もも組さん用

8月のメニュー

藤枝聖マリア保育園

日	主食	１１ヶ月ごろ	１２ヶ月以降	10時/3時
1	ご	ツナオムレツ風　人参　玉葱　バター	ツナオムレツ風	ミルク　または　牛乳
	は	キャベツの煮浸し　人参　胡瓜　砂糖　醤油	キャベツのゴマ入りサラダ　油　酢	ミルク　または　牛乳
月	ん	お麩のすまし汁　わかめ　葉葱　かつおだし　醤油	お麩のすまし汁	さつま芋の甘煮
2	ご	鯖の野菜あんかけ　チンゲン菜　玉葱　かつおだし　醤油　片栗粉	鯖の野菜あんかけ	ミルク　または　牛乳
	は	じゃが芋煮　砂糖　醤油　かつおだし	じゃが芋煮	ミルク　または　牛乳　／　米粉ドーナツ
火	ん	えのきの味噌汁　人参　葉葱　かつおだし	えのきのスープ　コンソメ	豆腐　卵　油　砂糖　ベーキングパウダー
3	ご	じゃが芋と焼き豆腐煮　玉葱　人参　さやいんげん　豚肉　砂糖　醤油	じゃが芋と焼き豆腐の炒め煮　酒　みりん	ミルク　または　牛乳
	は	胡瓜の煮浸し　わかめ　醤油	胡瓜の甘酢和え　酢　砂糖	ミルク　または　牛乳
水	ん	にらたま味噌汁　かつおだし	にらたまスープ	カステラ
4	ご	鶏肉と玉葱煮　砂糖　醤油	鶏肉のマリネ　生姜　酒　片栗粉　レモン　酢	ミルク　または　牛乳
	は	南瓜煮　胡瓜　人参　砂糖　醤油	南瓜のゴマサラダ　マヨネーズ風ドレッシング	ミルク　または　ヨーグルト
木	ん	オクラの味噌汁　大根　かつおだし	オクラの味噌汁　油揚げ	せんべい
5	め	にゅうめん　胡瓜　トマト　かつおだし　醤油	にゅうめん	ミルク　または　牛乳
	ん	じゃが芋と厚揚げ煮　砂糖　醤油	じゃが芋と厚揚げ煮	ミルク　または　牛乳
金		ヨーグルト	ヨーグルト	枝豆ご飯のおにぎり　枝豆　醤油　砂糖
6	土	★お弁当・水筒・３時のおやつを持参して下さい★		
8	ご	肉じゃが　玉葱　人参　砂糖　醤油	肉じゃが	ミルク　または　牛乳
	は	胡瓜の和え物　醤油	胡瓜の和え物	ミルク　または　麦茶
月	ん	りんごのコンポート	りんごのコンポート	いなり寿司風　ごま　油揚げ　砂糖　醤油
9	ご	魚の味噌焼き　しいら　玉葱　砂糖	魚の味噌マヨネーズ焼き	ミルク　または　牛乳
	は	ひじきとそうめん煮　胡瓜　砂糖　醤油　ごま	ひじきとそうめんの酢の物　ごま油　酢	ミルク　または　牛乳　卵　砂糖　バター
火	ん	豆腐のすまし汁　人参　葉葱　かつおだし　醤油	豆腐のすまし汁	オレンジ風味のフレンチトースト
10	水	★お弁当・水筒・３時のおやつを持参して下さい★　～希望保育～		
12	金			
13	土			
15	月			
16	火			
17	ご	親子煮　鶏肉　干し椎茸　人参　玉葱　白葱　卵　かつおだし　砂糖　醤油	親子煮	ミルク　または　牛乳
	は	お麩の味噌汁　えのきたけ　葉葱　かつおだし	お麩の味噌汁	ミルク　または　牛乳
水	ん	りんごのコンポート	りんごのコンポート	ロールパン
18	ご	南瓜と豚肉煮　じゃが芋　玉葱　茄子　ピーマン　砂糖　醤油　かつおだし	夏野菜カレー　お子様カレールウ	ミルク　または　牛乳
	は	胡瓜の和え物　醤油	胡瓜の和え物　砂糖　酢　ごま油	ミルク　または　牛乳
木	ん	ヨーグルト	ヨーグルト	コーンフレーク
19	ご	煮込みうどん　豚肉　人参　玉葱　ピーマン　かつおだし　醤油	煮込みうどん	ミルク　または　牛乳
	は	キャベツの和え物　人参　醤油	キャベツの和え物	ミルク　または　牛乳
金	ん	ヨーグルト	ヨーグルト	食パン
20	土	★お弁当・水筒・３時のおやつを持参して下さい★		
22	ご	キャベツと挽肉煮　豚挽肉　玉葱　キャベツ　醤油　砂糖	焼きしゅうまい　酒　生姜　ごま油　コーンフレーク	ミルク　または　牛乳
	は	切り干し大根の煮物　人参　砂糖　醤油　かつおだし	切り干し大根の煮物	ミルク　または　麦茶
月	ん	わかめの味噌汁　白葱　えのきたけ　かつおだし	わかめスープ　コンソメ	ヨーグルト　／　せんべい
23	ご	鶏肉の照り煮　砂糖　醤油	鶏肉のさっぱり煮　酢　生姜　にんにく	ミルク　または　牛乳
	は	オクラのおかか和え　胡瓜　醤油	オクラの味噌汁おかか和え	ミルク　または　牛乳
火	ん	けんちん味噌汁　人参　豆腐　豚肉　葉葱　かつおだし	けんちん味噌汁	サンドイッチ　食パン　苺ジャム
24	ご	しいらと野菜煮　玉葱　トマト　胡瓜　ピーマン　黄ピーマン　砂糖　醤油	魚のラヴィゴットソース　片栗粉　酢　油	ミルク　または　牛乳
	は	南瓜のミルク煮　バター　牛乳　砂糖	南瓜のミルク煮	ミルク　または　麦茶
水	ん	モロヘイヤのスープ　鶏肉　かつおだし　醤油	モロヘイヤのスープ　コンソメ	ヨーグルト　／　ボーロ
25	ご	おじや　人参　玉葱　ピーマン　かつおだし	チャーハン　にんにく　醤油　油	ミルク　または　牛乳
	は	鶏肉の照り煮　醤油　砂糖	鶏肉のマーマレード煮　酒　にんにく	ミルク　または　牛乳
木	ん	かきたま味噌汁　人参　にら　トマト　かつおだし	春雨と卵のスープ　コンソメ　醤油	ビスコ
26	ご	ピーマンと豚肉煮　人参　砂糖　醤油	チンジャオロース煮　筍　生姜　オイスターソース　ごま油	ミルク　または　牛乳
	は	二色和え　胡瓜　人参　醤油	中華サラダ　ごま油　砂糖　酢	ミルク　または　麦茶
金	ん	わかめの味噌汁　玉葱　かつおだし	わかめの味噌汁	ヨーグルト　／　せんべい
27	土	★お弁当・水筒・３時のおやつを持参して下さい★		
29	ご	お豆入り炒り卵　大豆　玉葱　ほうれん草　バター　牛乳　粉チーズ	お豆入り炒り卵	ミルク　または　牛乳
	は	トマトの和え物　胡瓜　醤油	トマトの和え物　砂糖　酢	ミルク　または　牛乳
月	ん	お麩のすまし汁　えのきたけ　葉葱　かつおだし　醤油	お麩のスープ　コンソメ	バナナ
30	ご	炒り豆腐　豆腐　卵　砂糖　醤油	炒り豆腐	ミルク　または　牛乳
	は	切り干し大根の煮物　人参　胡瓜　鶏ささみ　砂糖　醤油	切り干し大根の中華風　酢　ごま油	ミルク　または　牛乳
火	ん	人参の味噌汁　麩　葉葱　かつおだし	人参の味噌汁	ウエハース
31	ご	鯖の味噌煮　砂糖	鯖のケチャップ煮　ソース　みりん	ミルク　または　牛乳
	は	胡瓜とわかめの和え物　すりごま　醤油	胡瓜の酢の物　酢　砂糖　マヨネーズ風	ミルク　または　牛乳　／　桃のクラフティ
水	ん	冬瓜のすまし汁　鶏肉　葉葱　かつおだし　醤油	冬瓜のスープ　コンソメ	ホットケーキ粉　砂糖　卵　ヨーグルト　生クリーム

・食物アレルギー事故防止のため、食べたことがない食材がないかチェックし、必ずご家庭で食べておくようにしましょう。