

8月献立表

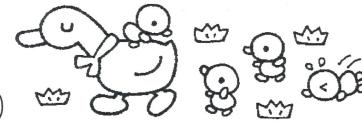


2023年08月

宜野湾市子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	(○はおやつ材料)体の調子を整えるもの
1 火	夏野菜カレー ウィンナー オクラ昆布和え	保育乳 チヂミ すいか	保育乳、豚肉、○調製豆乳、ワイン ナー、○ツナ油漬缶	米、じゃがいも、○小麦粉、○上新 粉、○三温糖、○ごま油	○すいか、たまねぎ、にんじん、なす、か ぼちゃ、○コーン缶、きゅうり、オクラ、ト マト水煮缶、○にら、塩こんぶ
2 水	あわごはん 厚揚げみそ煮 キャベツのツナ和え じゃが芋スープ	保育乳 焼きそば	保育乳、豚肉、厚揚げ、○豚肉、大 豆水煮、ツナ油漬缶、みそ	○ゆで中華めん、米、じゃがいも、あ わ、○油、油、砂糖	たまねぎ、キャベツ、にんじん、○た まねぎ、こまつな、○にんじん、○に ら、○黒きくらげ、カットわかめ
3 木	ごはん 魚のみそ焼き クーブリチー キャベツすまし汁	保育乳 オートミールクッキー パイン(生)	保育乳、白身魚(キング)、三枚肉、 油揚げ、○卵、みそ、○牛乳	米、○小麦粉、○無塩バター、○黒砂 糖、○オートミール、こんにゃく、砂糖、 油、白ごま、○黒ごま、ごま油	キャベツ、にんじん、こまつな、刻み こんぶ、切り干しだいこん、○パイ ナップル(○パイン缶)
4 金	ビビンバ 豆腐スープ オレンジ	保育乳 ツナコーンパン	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○ツナ油 漬缶、みそ	米、○食パン、○マヨネーズ、ごま 油、白ごま、砂糖	オレンジ、こまつな、にんじん、もやし、コーン 缶、キャベツ、○コーン缶、○赤ピーマン、○ 黄ピーマン、○ピーマン、ねぎ、にんにく、しょ うが
5 土	豚すき丼 すまし汁	保育乳 スコーン	保育乳、豚肉、みそ、○バター、○ ヨーグルト	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂糖	たまねぎ、わかめ、しらたき
7 月	麦ごはん 昆布納豆 ゴーヤーチャンプルー キャベツみそ汁	保育乳 芋くずてんぶら 黄桃	保育乳、挽きわり納豆、沖縄豆腐、 豚肉、みそ、油揚げ	米、○さつまいも、○白玉粉、○さつ まいもでん粉、○揚げ油、○砂糖、 押麦、油	○もも缶、たまねぎ、キャベツ、ゴー ヤー、にんじん、えのきたけ、ねぎ、 塩こんぶ
8 火	ごはん 鮭のタンドリー風 もずくチャンプルー 青菜スープ	保育乳 ショートブレッド(ジャム) オレンジ	保育乳、さけ、プレーンヨーグルト、 豚肉、○牛乳	米、○小麦粉、じゃがいも、○無塩 バター、○砂糖、パン粉、油	○オレンジ、キャベツ、こまつな、に んじん、たまねぎ、もずく、○マーマ レード、ピーマン、にんにく
9 水	たきこみごはん ちくわイソベ揚げ プロッコリーごま和え 鶏のみそ汁	保育乳 さつま芋蒸しケーキ バナナ	保育乳、鶏もも肉、ちくわ、○調製豆 乳、豚肉、みそ、○こしあん	米、○ホットケーキ粉、○さつまい も、小麦粉、揚げ油、○油、○砂糖、 すりごま	○バナナ、にんじん、とうがん、プロッコ リー、たけのこ(ゆで)、こまつな、赤ピ ーマン、ねぎ、干しいたけ、あおのり
10 木	沖縄そば おかか和え オレンジ	麦茶 みそおにぎり	三枚肉、かまぼこ、○ツナ油漬缶、 ○みそ	沖縄そば、○米、○三温糖、砂糖	麦茶、オレンジ、もやし、にんじん、こ まつな、ねぎ、○味付けのり
11 金	山の日				
12 土	豚肉しょうが焼き 豆腐スープ	保育乳 ジャムパン	保育乳、沖縄豆腐、豚肉	米、○食パン	にんじん、こまつな、しめじ、えのき たけ、ねぎ、○ジャム
14 月	あわごはん 鶏のパイン煮 野菜ひじき炒め 青菜スープ	保育乳 黒糖スコーン 黄桃	保育乳、鶏もも肉、○ブレーンヨーグ ルト、豚肉、○卵	米、○強力粉、じゃがいも、○無塩 バター、○黒砂糖、あわ、砂糖、油	○もも缶、キャベツ、にんじん、パイ ン缶、たまねぎ、こまつな、えのきた け、ピーマン、ひじき
15 火	☆ お弁当会 ☆		○ゼラチン	○砂糖	○みかん缶、○シイクワシャー果 汁、○アンパンマンジュース
16 水	ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 青菜スープ	保育乳 ちんぴん バナナ	保育乳、鶏ひき肉、○調製豆乳、豚 肉、○卵、みそ	米、○小麦粉、○黒砂糖、パン粉、 ○油、砂糖、油、白ごま	○バナナ、こまつな、たまねぎ、もやし、 にんじん、コーン缶、えのきたけ、ピーマ ン、切り干しだいこん、黒きくらげ
17 木	ごはん 厚揚げそぼろ煮 おかか和え ポテトスープ	麦茶 チキンライスおにぎり	厚揚げ、豚ひき肉、○鶏もも肉、大 豆水煮、みそ	○米、米、じゃがいも、○油、油、○ 砂糖、砂糖	たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、 ○たまねぎ、しめじ、たけのこ(ゆで)、 ピーマン、○にんじん、しょが、麦茶
18 金	ごはん 豚と野菜しようが焼き ポテトフライ キャベツスープ	保育乳 ミートサンド	保育乳、豚肉、○鶏ひき肉	じゃがいも、米、○ロールパン、揚げ 油、油、○三温糖、三温糖、片栗粉	こまつな、たまねぎ、キャベツ、○にんじん、 にんじん、○たまねぎ、しめじ、赤ピーマン、 黄ピーマン、切り干しだいこん、しょが、カットわ かめ
19 土	☆ 運動会 ☆		おにぎり	花束	スイカ
21 月	ごはん 魚のオーロラ焼き 春雨チャンプルー 青菜みそ汁	保育乳 ココアちゃんすこう すいか	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、油 揚げ、みそ	米、○小麦粉、○三温糖、○ラード、 マヨネーズ、はるさめ、油、砂糖	○すいか、にんじん、こまつな、ブ ロッコリー、えのきたけ、たまねぎ、 ピーマン
22 火	ごはん 豚なすみそ炒め 和風スパゲティサラダ 豆腐スープ	保育乳 シリアルバー バナナ	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、ツナ油漬 缶、みそ	米、サラダ用スパゲティー、○無塩 バター、あわ、油、砂糖	○バナナ、たまねぎ、にんじん、な す、こまつな、きゅうり、ピーマン、 カットわかめ
23 水	スパゲティミートソース ナムル キャベツスープ	麦茶 昆布おにぎり	豚ひき肉、大豆水煮、ツナ油漬缶	○米、スパゲティー、砂糖、ごま油、 油	たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのき たけ、きゅうり、切り干しだいこん、○塩こ んぶ、干しいたけ、ひじき、にんにく、 麦茶
24 木	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ じゃが芋スープ	保育乳 スウィートポテト 黄桃	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚 肉、みそ、ツナ油漬缶、○調製豆乳	○さつまいも、米、じゃがいも、○生 クリーム、○三温糖、押麦、砂糖、 油、片栗粉	○もも缶、にんじん、こまつな、キャベ ツ、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、○ マーマレード、干しいたけ、しょが
25 金	キャロットライス 鶏のポテマヨ焼き プロッコリーサラダ ミネストローネ	保育乳 ブチパフェ(誕生日)	保育乳、鶏もも肉、豚肉、○卵、ツナ 油漬缶、○牛乳	○アイスクリーム、米、じゃがいも、○ホット ケーキ粉、マヨネーズ、○コーンフレーク、和 風ドレッシング、○無塩バター、○三温糖、マ カロニ	にんじん、プロッコリー、○もも缶、○パイン 缶、たまねぎ、生しいたけ、トマト、セロリー、赤 ピーマン、黄ピーマン、クリームコーン缶、○ マーマレード
26 土	ピラフ 春雨野菜スープ	保育乳 ホットケーキ	保育乳、沖縄豆腐、豚肉	米、はるさめ、○ホットケーキ粉	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピ ーマン、コーン缶
28 月	ごはん マーボー豆腐 ナムル キャベツスープ	保育乳 芋かりんとう オレンジ	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、油揚 げ、みそ、ツナ油漬缶	○さつまいも、米、○黒砂糖、○揚 げ油、油、三温糖、ごま油、○白ご ま、砂糖、片栗粉	○オレンジ、にんじん、キャベツ、長 ねぎ、もやし、こまつな、たけのこ(ゆ で)、干しいたけ、にんにく
29 火	あわごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 豆腐スープ	保育乳 黒糖蒸しケーキ パイン缶	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○調製豆 乳、○こしあん	じゃがいも、米、○ホットケーキ粉、 ○油、○黒砂糖、あわ、油、砂糖、片 栗粉	○パイン缶、にんじん、こまつな、えの きたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマ ン、ねぎ、黒きくらげ、カットわかめ
30 水	ごはん 鶏と厚揚げケチャップ煮 プロッコリーツナ和え キャベツすまし汁	麦茶 わかめおにぎり スティックチーズ	鶏もも肉、厚揚げ、ツナ油漬缶	○米、米、油、砂糖、○ステイック チーズ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ブ ロッコリー、えのきたけ、生しいたけ、 ○わかめふりかけ、麦茶
31 木	冬瓜のあんかけどんぶり 鶏のみそ焼き キャベツおかか和え	保育乳 ストーンクッキー パイン缶	保育乳、鶏もも肉、豚ひき肉、○卵、 みそ、○牛乳、○きな粉	米、○小麦粉、○無塩バター、○三 温糖、砂糖、白ごま、ごま油、片栗粉	とうがん、○パイン缶、キャベツ、にんじ ん、たまねぎ、こまつな、生しいたけ、し めじ、えのきたけ、○レーズン、ねぎ、 しょが

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



8月離乳食こんだて表①

2023年8月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月~11か月頃	12か月~18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
1 火		10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベースト 人参タマネギカボチャホテベースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、なす、かぼちゃ、コーン缶、きゅうり、オクラ、にら
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
2 水		10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ベースト 人参タマネギ青菜ホテベースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、にら、カツトわかめ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
3 木		10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベースト 人参キャベツ青菜ベースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、さつまいも	キャベツ、にんじん、こまつな、刻みこんぶ、切り干しだいこん
		ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮			
4 金		☆運動会☆ 豆腐ベースト 人参キャベツ青菜ベースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、食パン	こまつな、にんじん、もやし、コーン缶、キャベツ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ベーストサンド	ミルク 野菜がゆ			
5 土		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豚肉	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ
7 月		10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ベースト 人参タマネギキャベツサツマイモベースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	米、さつまいも	たまねぎ、キャベツ、ゴーヤー、にんじん、えのきたけ、ねぎ
		ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮			
8 火		10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベースト 人参タマネギ青菜ホテベースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、こまつな、にんじん、たまねぎ、もずく、ピーマン
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
9 水		10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ベースト 人参冬瓜青菜サツマイモベースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、さつまいも	にんじん、とうがん、ブロッコリー、こまつな、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ
		ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
10 木		10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベースト 人参タマネギ青菜ホテベースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、生しいたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、こまつな
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
11 金						山の日		
12 土		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豆腐、豚肉	米	にんじん、こまつな、しめじ、えのきたけ、ねぎ
14 月		10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベースト 人参キャベツ青菜ホテベースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ピーマン、ひじき
		ミルク 甘みみかん	ミルク 甘みみかん	ミルク 甘みみかん	ミルク 甘みみかん、ナハーネ			
15 火		☆ お弁当会 ☆				ミルク、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

★保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

※16日以降は裏面



8月離乳食こんだて表②

2023年8月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃		7、8か月頃		9か月~11か月頃		12か月~18か月頃		材料と体内での主なはたらき			
										血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物	
16	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベース 人参タマネギ・青菜ベース		7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、白身魚	米	こまつな、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、えのきだけ、ピーマン、切り干したいこん	
		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮					
17	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ベース 人参タマネギ・青菜ボトベース		7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、豆腐、豚ひき肉	米、じゃがいも	たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、しめじ、ピーマン	
		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ→おにぎり					
18	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベース 人参キャベツ・青菜ボトベース		7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、豚肉	じゃがいも、米、パン	こまつな、たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干したいこん、カットわかめ	
		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜ベースサンド					
19	土	☆運動会☆											
21	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベース 人参タマネギ・青菜ボトベース		7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、白身魚	米、じゃがいも	にんじん、こまつな、ブロッコリー、えのきだけ、たまねぎ、ピーマン	
		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ→おにぎり					
22	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ベース 人参タマネギ・青菜ベース		7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、豚肉、豆腐	米、さつまいも	たまねぎ、にんじん、なす、こまつな、きゅうり、ピーマン、カットわかめ	
		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮					
23	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベース 人参タマネギ・キャベツ・青菜ベース		7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、豚ひき肉、白身魚	米、スパゲティー	たまねぎ、にんじん、キャベツ、えのきだけ、きゅうり、切り干したいこん、ひじき、こまつな	
		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ→おにぎり					
24	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ベース 人参キャベツ・青菜ボトベース		7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、豆腐、豚肉	さつまいも、米、じゃがいも	にんじん、こまつな、キャベツ、しめじ、ねぎ、干しいたけ	
		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮					
25	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベース 人参タマネギ・青菜ボトベース		7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、白身魚	米、じゃがいも、ホットケーキ粉	にんじん、ブロッコリー、たまねぎ、生しいたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、こまつな	
		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク ホットケーキ					
26	土	野菜がゆ	ぞうすい		ぞうすい		ぞうすい		ぞうすい		豆腐、豚肉	米	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、コーン缶
28	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ベース 人参キャベツ・青菜ベース		7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、豆腐、豚ひき肉	さつまいも、米	にんじん、キャベツ、もやし、こまつな、干しいたけ	
		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮		ミルク さつま芋煮					
29	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベース 人参タマネギ・青菜ボトベース		7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、白身魚	じゃがいも、米	にんじん、こまつな、えのきだけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ、カットわかめ、たまねぎ	
		ミルク 		ミルク 		ミルク 		ミルク 					
30	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ベース 人参タマネギ・キャベツ・青菜ベース		7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、豆腐	米	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、えのきだけ、生しいたけ、こまつな	
		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ		ミルク 野菜がゆ→おにぎり					
31	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ベース 人参タマネギ・青菜冬瓜ベース		7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ		ミルク、白身魚	米、さつまいも	とうがん、キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、生しいたけ、しめじ、えのきだけ、ねぎ	
		ミルク 芋がゆ		ミルク 芋がゆ		ミルク 芋がゆ		ミルク 芋がゆ→おにぎり					

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります