



8月献立表



2018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	体の調子を整えるもの	
1水	ごはん 豚肉ピーマン炒め 納豆 じゃが芋おかか煮 わかめスープ	保育乳 マカロニのトマト煮	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○鶏もも肉、○粉チーズ、納豆	じゃがいも、米、○マカロニ、○油、○砂糖、砂糖、片栗粉	にんじん、チンゲンサイ、○トマトペースト、○たまねぎ、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、○にんにく、カットわかめ	
2木	ごはん 松風焼き 切干し大根と豚肉の炒め物 豆腐スープ	保育乳 ライ麦スコーン オレンジ	保育乳、鶏ひき肉、○調製豆乳、沖縄豆腐、豚肉、みそ	米、○小麦粉、○油、○三温糖、○ライ麦粉、パン粉、砂糖、白ごま、油	○オレンジ、たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しめじ、ピーマン、切り干しだいこん、○レーズン、黒きくらげ	
3金	カレーうどん 魚フライ おかか和え	保育乳 ジュシーおにぎり	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、○豚三枚肉	ゆでうどん、○米、片栗粉、油	たまねぎ、にんじん、もやし、こまつな、ピーマン、しめじ、○にんじん、○ねぎ、○黒きくらげ	
4土	もずくどんぶり 黄桃 	保育乳 ホットケーキ	豚ひき肉、○保育乳、○牛乳、○卵	米、片栗粉、砂糖、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○砂糖	もも缶、もずく、コーン缶、ピーマン、赤ピーマン、しょうが	
6月	麦ごはん 昆布納豆 ゴーヤーチャンプルー 豚肉と冬瓜スープ	保育乳 大学いも パン	保育乳、沖縄豆腐、挽きわり納豆、豚肉、卵	○さつまいも、米、○砂糖、油、押麦、○油、○黒ごま	○パイナップル、とうがん、たまねぎ、ゴーヤー、にんじん、ねぎ、塩こんぶ	
7火	あわごはん 高野豆腐含め煮 キャベツのごま炒め じゃが芋みそ汁	保育乳 ショートブレッド オレンジ	保育乳、豚肉、高野豆腐、豚ひき肉、みそ、ちくわ、○牛乳	米、じゃがいも、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖、あわ、片栗粉、油、砂糖、すりごま	○オレンジ、キャベツ、にんじん、しめじ、ピーマン	
8水	ごはん 鶏手羽みそ煮 キャベツの昆布和え 豆腐スープ	保育乳 焼きそば	保育乳、鶏手羽元、○豚肉、沖縄豆腐、みそ	○ゆで中華めん、米、○油、砂糖	○たまねぎ、キャベツ、○にんじん、きゅうり、しめじ、○赤ピーマン、オクラ、にんじん、○にら、塩こんぶ、カットわかめ	
9木	ウッチンライス ミートローフ 野菜ソテー ポテトスープ	保育乳 ココアケーキ(誕生会)	保育乳、豚肉、豚ひき肉、○卵、卵、○牛乳	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○三温糖、○無塩バター、○生クリーム、パン粉、砂糖、すりごま、油、片栗粉、○砂糖	たまねぎ、にんじん、こまつな、コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ねぎ、グリーンピース	
10金	ごはん 鶏の甘辛煮 ナムル じゃが芋スープ	保育乳 きな粉スコーン すいか	保育乳、鶏もも肉、厚揚げ、○プレーンヨーグルト、○卵、ツナ油漬缶、○きな粉	米、じゃがいも、○強力粉、○無塩バター、○三温糖、砂糖、ごま油、油	○すいか、たまねぎ、こまつな、にんじん、えのきたけ、きゅうり、生しいたけ、切り干しだいこん、ひじき	
11土	 山 の 日 					
13月	ごはん 魚のカレー揚げ 乾物の炒め和え 冬瓜スープ	保育乳 さつまいものケーキ ぶどう	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、○卵、油揚げ、○牛乳、○チーズ	米、○さつまいも、○ホットケーキ粉、小麦粉、○無塩バター、油、ごま油、はるさめ、砂糖、○砂糖	○ぶどう、とうがん、こまつな、にんじん、ピーマン、かんぴょう(乾)、ひじき、干しいたけ	
14火	ピピンバ 春雨野菜スープ オレンジ	保育乳 かぼちゃ蒸しパン バナナ	保育乳、豚肉、卵、○調製豆乳、○卵、みそ	米、○ホットケーキ粉、○油、油、はるさめ、○三温糖、ごま油、白ごま、砂糖	○バナナ、オレンジ、こまつな、にんじん、○かぼちゃ、もやし、キャベツ、生しいたけ、ねぎ、にんにく、しょうが	
15水	ビーンズカレー ウィンナー ナムル	保育乳 冷やしそうめん	保育乳、豚肉、ウィンナー、だいず水煮	米、じゃがいも、○そうめん(乾)、○砂糖、砂糖、ごま油	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、○みかん缶、○きゅうり、オクラ、切り干しだいこん、○シクワシャー果汁	
16木	お弁当会		保育乳 スコーンクッキー パン	保育乳、○卵、○牛乳	○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○コーンフレーク	○レーズン、○パイナップル
17金	野菜みそラーメン 鶏手羽煮付け オレンジ	保育乳 青菜おにぎり	保育乳、鶏手羽肉、豚肉、みそ	ゆで中華めん、○米、○白ごま	オレンジ、キャベツ、もやし、にんじん、○大根葉ふりかけ、コーン缶、赤ピーマン、にら	
18土	五目ごはん わかめスープ 	保育乳 ホットケーキ	沖縄豆腐、ツナ油漬缶、○保育乳、○牛乳、○卵	米、○ビスケット、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○砂糖	にんじん、しめじ、ねぎ、ひじき、カットわかめ	
20月	ごはん 豚なすみそ炒め 和風スパゲティサラダ 青菜スープ	保育乳 ジャムスコーン オレンジ	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、ツナ油漬缶、みそ、○プレーンヨーグルト、○卵	米、サラタ用スバゲティ、油、砂糖、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	○オレンジ、にんじん、なす、たまねぎ、こまつな、きゅうり、ピーマン、カットわかめ、○マーメイド	
21火	麦ごはん 魚の甘辛煮 納豆 キャベツおかか和え 豚汁	保育乳 スイートポテト ぶどう	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ、○卵、油揚げ、納豆	○さつまいも、米、油、片栗粉、○三温糖、○無塩バター、○生クリーム、押麦、砂糖	○ぶどう、にんじん、とうがん、キャベツ、こまつな、ごぼう、長ねぎ	
22水	ごはん チキンラトウユ オクラサラダ 青菜スープ	保育乳 チヂミ 黄桃	保育乳、鶏もも肉、○調製豆乳、豚肉、ウィンナー、ちくわ、○しらす干し	米、○小麦粉、○上新粉、○三温糖、○ごま油、砂糖、油	○もも缶、たまねぎ、なす、にんじん、トマト、チンゲンサイ、○コーン缶、オクラ、へちま、しめじ、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン、○にら、にんにく	
23木	鶏五目ごはん ちくわインソバ揚げ オクラおかか和え さつま芋みそ汁	保育乳 バナナ ホットケーキ	保育乳、豚肉、ちくわ、鶏もも肉、みそ、○牛乳、○卵	米、さつまいも、小麦粉、油、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○砂糖	にんじん、ごぼう、きゅうり、オクラ、しめじ、コーン缶、長ねぎ、ピーマン、干しいたけ、あおりのり、○バナナ	
24金	ごはん 豚と野菜ショウガ焼き ポテトフライ 豆腐スープ	保育乳 昆布おにぎり	保育乳、豚肉、沖縄豆腐	○米、じゃがいも、米、油、三温糖、○白ごま、片栗粉	たまねぎ、こまつな、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、長ねぎ、切り干しだいこん、○塩こんぶ、しょうが、カットわかめ	
25土	ドライカレー パン缶 	保育乳 ホットケーキ	豚ひき肉、○保育乳、○牛乳、○卵	米、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○砂糖	たまねぎ、パン缶、にんじん、ピーマン、にんにく	
27月	麦ごはん おかか納豆 切干大根と豚肉の炒め物 鶏と冬瓜スープ	保育乳 ちんびん バナナ	保育乳、挽きわり納豆、鶏もも肉、豚肉、花かつお、○卵、	米、○小麦粉、○黒砂糖、押麦、○油、ごま油、砂糖	○バナナ、にんじん、とうがん、もやし、チンゲンサイ、ピーマン、コーン缶、切り干しだいこん、黒きくらげ	
28火	ごはん 魚の酢豚風 春雨サラダ 豆腐スープ	保育乳 人参のケーキ パン	保育乳、白身魚(キング)、沖縄豆腐、○卵、豚肉	米、○小麦粉、○砂糖、○油、はるさめ、砂糖、油、片栗粉、ごま油、○白ごま	○パイナップル、たまねぎ、○にんじん、にんじん、こまつな、きゅうり、えのきたけ、パン缶、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ	
29水	親子どんぶり きゅうり和え物 オレンジ	保育乳 ピザトースト	保育乳、卵、鶏もも肉、○ビザ用チーズ、○ツナ油漬缶	米、○食パン、三温糖、片栗粉	オレンジ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、○たまねぎ、○ピーマン、○コーン缶、グリーンピース、干しいたけ、ひじき	
30木	あわごはん 魚のみそ焼き クープイリチー 豆腐スープ	保育乳 シラス野菜かき揚げ ぶどう	保育乳、白身魚(キング)、沖縄豆腐、三枚肉、みそ、○しらす干し	米、○さつまいも、○小麦粉、○油、ごんややく、あわ、砂糖、油、白ごま、ごま油	○ぶどう、こまつな、にんじん、○たまねぎ、しめじ、○ゴーヤー、刺みこんぶ、切り干しだいこん	
31金	夏野菜ミートソースパゲティ おかか和え キャベツスープ	保育乳 キノコごはんおにぎり	保育乳、豚ひき肉、○豚肉、油揚げ	○米、スパゲティ、砂糖	たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、こまつな、へちま、なす、○えのきたけ、○しめじ、○にんじん、○ねぎ、○干しいたけ、カットわかめ	

★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
 ★市の献立に納豆を加えることがあります
 ★土曜日と第三木曜日のお弁当会の日のおやつは市販のビスケットになります



8月離乳食こんだて表①



2018年8月

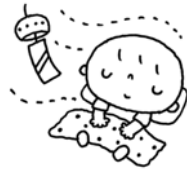
宜野湾市 子育て支援課

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	かや熱となる食物	体の調子をよくする食物	
1	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギペースト	7倍がゆ 魚ポテト煮 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 わかめスープ	軟飯→ごはん 豚肉ポテト煮 野菜柔らか煮 わかめスープ	ミルク、豚肉、 豆腐、鶏肉	じゃがいも、 米、マカロニ	にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ、カットわかめ	
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 煮込みマカロニ	ミルク 煮込みマカロニ				
2	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 肉だんご煮 野菜柔らか煮 豆腐スープ	軟飯→ごはん 肉だんご煮 野菜柔らか煮 豆腐スープ	ミルク、鶏ひ き肉、豆腐	米	たまねぎ、こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しめじ、ピーマン、切り干しいんご	
			ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮				
3	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜タマネギペースト	煮込みうどん 魚煮付け 野菜柔らか煮	煮込みうどん 魚煮付け 野菜柔らか煮	煮込みうどん 魚煮付け 野菜柔らか煮	ミルク、白身 魚、豚肉	ゆでうどん、 米	たまねぎ、にんじん、もやし、こまつな、ピーマン、しめじ、ねぎ	
			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				
4	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豚ひき肉	米	もずく、コーン缶、ピーマン、赤ピーマン、にんじん	
6	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参冬瓜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	ミルク、豆腐	さつまいも、 米	とうがん、たまねぎ、ゴーヤ、にんじん、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				
7	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参ポテトペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	ミルク、白身 魚	米、じゃがい も	キャベツ、にんじん、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→おにぎり				
8	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツペースト	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、豚肉、 豆腐	ゆで中華め ん、米	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、しめじ、赤ピーマン、オクラ、カットわかめ	
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 煮込みそば				
9	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜冬瓜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	ミルク、白身 魚	米、さつまい も	とうがん、こまつな、にんじん、ピーマン、かんぴょう(乾)、ひじき、干しいんご	
			ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮				
10	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ポテトペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	ミルク、豆腐	米、じゃがい も	たまねぎ、こまつな、にんじん、えのきたけ、きゅうり、生しいんご、切り干しいんご、ひじき	
			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	土	山 の 日							
13	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 青菜スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 青菜スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 青菜スープ	ミルク、白身 魚	米	たまねぎ、なす、にんじん、トマト、チンゲンサイ、コーン缶、オクラ、へちま、しめじ、きゅうり、赤ピーマン、黄ピーマン	
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり				
14	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツペースト	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、 豚肉、調製豆乳	米、ホット ケーキ粉	こまつな、にんじん、かぼちゃ、もやし、キャベツ、生しいんご、ねぎ	
			ミルク かぼちゃがゆ	ミルク かぼちゃがゆ	ミルク かぼちゃ蒸しパン				
15	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツペースト	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、そうめん(乾)	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、きゅうり、オクラ、切り干しいんご	
			ミルク 煮込みそうめん	ミルク 煮込みそうめん	ミルク 煮込みそうめん				

★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



2018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	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 青菜ホトトギスペースト	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、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、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→おにぎり			
17	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツペースト	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	煮込みラーメン 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚、豚肉	ゆで中華めん、米	キャベツ、もやし、にんじん、コーン缶、赤ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
18	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豆腐	米	にんじん、しめじ、ねぎ、ひじき
20	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 青菜人参ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 青菜スープ	5倍がゆ→軟飯 肉とうふ煮 野菜柔らか煮 青菜スープ	軟飯→ごはん 肉とうふ煮 野菜柔らか煮 青菜スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米	にんじん、なす、たまねぎ、こまつな、きゅうり、ピーマン、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→おにぎり			
21	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参冬瓜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	ミルク、白身魚、豚肉	さつまいも、米	にんじん、とうがん、キャベツ、こまつな、ごぼう
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
22	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 青菜人参ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	5倍がゆ→軟飯 肉だんご煮 野菜柔らか煮 ポテトスープ	軟飯→ごはん 肉だんご煮 野菜柔らか煮 ポテトスープ	ミルク、豚ひき肉	米、じゃがいも、ホットケーキ粉	たまねぎ、にんじん、こまつな、コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
23	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参サツマイモペースト	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、豚肉	米、さつまいも	にんじん、ごぼう、きゅうり、オクラ、しめじ、コーン缶、ピーマン
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
24	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 青菜人参ホトトギスペースト	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、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、こまつな、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、しめじ、切り干しだいこん、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→おにぎり			
25	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豚ひき肉	米	たまねぎ、にんじん、ピーマン
27	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参冬瓜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	5倍がゆ→軟飯 肉とうふ煮 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	軟飯→ごはん 肉とうふ煮 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	ミルク、豆腐、豚肉	米	にんじん、とうがん、もやし、チンゲンサイ、ピーマン、コーン缶、切り干しだいこん
			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			
28	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 豆腐スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 豆腐スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 豆腐スープ	ミルク、白身魚、豆腐	米	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、えのきたけ、ピーマン、干しいたけ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
29	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキペースト	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、食パン	たまねぎ、にんじん、きゅうり、ピーマン、コーン缶、干しいたけ、ひじき
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド			
30	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜ペースト	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	こまつな、にんじん、たまねぎ、しめじ、ゴーヤー、刻みごんぶが、切り干しだいこん
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
31	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツペースト	煮込みスパゲティ 野菜柔らか煮 豆腐スープ	煮込みスパゲティ 野菜柔らか煮 豆腐スープ	煮込みスパゲティ 野菜柔らか煮 豆腐スープ	ミルク、豚ひき肉、豆腐	米、スパゲティ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、もやし、こまつな、へちま、なす、えのきたけ、しめじ、ねぎ、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→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