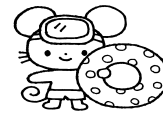


# 8月献立表



2019年08月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名 (○はおやつ材料)		
			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 木	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 ちんびん オレンジ	じゃがいも、米、○小麦粉、○黒砂糖、○油、油、砂糖、片栗粉	◎保育乳、豚肉、○調製豆乳、沖縄豆腐、○卵	○オレンジ、にんじん、チンゲンサイ、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、黒きくらげ、カットわかめ
2 金	夏野菜ミートソーススパゲティ ごま和え キャベツスープ	保育乳 キノコごはんおにぎり	○米、スパゲティ、砂糖、すりごま	◎保育乳、豚ひき肉、○豚肉、油揚げ	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
3 土	マーボー豆腐どんぶり 黄桃	保育乳 パンディング	米、油、○食パン、○砂糖、○無塩バター	沖縄豆腐、豚ひき肉、みそ、○保育乳、○卵	もも缶、長ねぎ、にんじん、干しいたけ、にんにく
5 月	親子どんぶり オクラ昆布和え オレンジ	保育乳 ツナコーンパン	米、○食パン、○マヨネーズ、片栗粉	◎保育乳、卵、鶏もも肉、○ツナ油漬缶、ちくわ	オレンジ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、オクラ、○コーン缶、○赤ピーマン、○黄ピーマン、グリーンピース、○ピーマン、干しいたけ、塩こんぶ
6 火	ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 冬瓜スープ	保育乳 芋てんぶらすういか	○さつまいも、米、○小麦粉、○揚げ油、パン粉、砂糖、油、白ごま	◎保育乳、鶏ひき肉、豚肉、みそ	○すいか、とうがん、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、切り干しいたごん、黒きくらげ
7 水	麦ごはん 高野豆腐含め煮 おかか和え じゃが芋みそ汁	保育乳 寿司おにぎり	○米、米、じゃがいも、○三温糖、押麦、片栗粉、砂糖、○白ごま	◎保育乳、豚肉、高野豆腐、鶏ひき肉、みそ、○油揚げ	こまつな、キャベツ、へちま、にんじん、○にんじん、しめじ、○ひじき、○味付けのり
8 木	ごはん 酢豚 ナムル 豆腐スープ	保育乳 黄桃蒸しケーキ オレンジ	米、○ホットケーキ粉、○油、○三温糖、砂糖、揚げ油、片栗粉、ごま油	◎保育乳、沖縄豆腐、○調製豆乳、ツナ油漬缶、○卵	○オレンジ、にんじん、たまねぎ、○もも缶、こまつな、きゅうり、えのきたけ、パイ缶、ピーマン、ねぎ、干しいたけ
9 金	あわごはん 厚揚げみそ煮 キャベツごま和え 冬瓜スープ	保育乳 焼きそば	○ゆで中華めん、米、あわ、○油、油、すりごま、砂糖	◎保育乳、豚肉、厚揚げ、○豚肉、大豆水煮、ちくわ、みそ	たまねぎ、キャベツ、とうがん、にんじん、○たまねぎ、こまつな、○にんじん、○にら、カットわかめ
10 土	カレーうどん パイン缶	保育乳 ホットケーキ	ゆでうどん、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖	豚肉、○保育乳	パイン缶、たまねぎ、にんじん、グリーンピース
12 月	 <b>山 の 日</b> 				
13 火	ごはん 肉とうふ煮 春雨サラダ キャベツみそ汁	保育乳 ジュシーおにぎり	○米、米、じゃがいも、はるさめ、三温糖、ごま油、油、砂糖	◎保育乳、沖縄豆腐、豚肉、○豚肉、みそ、油揚げ	キャベツ、長ねぎ、こまつな、にんじん、生しいたけ、しめじ、○にんじん、○ねぎ、黒きくらげ、○ひじき
14 水	ごはん 魚のみそ焼き クーフィリチー 豆腐スープ	保育乳 黒糖ちんすこう オレンジ	米、○小麦粉、○ラード、○三温糖、○黒砂糖、こんにやく、砂糖、油、白ごま、ごま油	◎保育乳、白身魚(キング)、沖縄豆腐、三枚肉、みそ	○オレンジ、にんじん、こまつな、しめじ、刻みこんぶ、切り干しいたごん
15 木	☆ お弁当会 ☆				
16 金	麦ごはん おかか納豆 パパイアイリチー 豚汁	保育乳 スイートポテト オレンジ	○さつまいも、米、○三温糖、○無塩バター、○生クリーム、押麦、油	◎保育乳、挽きわり納豆、豚肉、ツナ油漬缶、みそ、○卵、油揚げ	○オレンジ、パパイア(未熟果)、にんじん、とうがん、ごぼう、長ねぎ、にら、ひじき
17 土	昆布おにぎり 春雨野菜スープ	保育乳 ビスケット	米、はるさめ、○ビスケット	沖縄豆腐、○保育乳	キャベツ、にんじん、コーン缶、塩こんぶ
19 月	あわごはん タンドリーチキン もずくチャンプルー 冬瓜スープ	保育乳 人参のケーキ パイン(缶)	米、○小麦粉、○砂糖、○油、パン粉、あわ、油、○白ごま	◎保育乳、鶏もも肉、○卵、プレーンヨーグルト、豚肉、油揚げ	○パイナップル、○にんじん、とうがん、キャベツ、えのきたけ、もずく、にんじん、たまねぎ、こまつな、にんにく
20 火	ごはん 肉じゃが おかか和え わかめみそ汁	保育乳 ピザトースト	米、○食パン、じゃがいも	◎保育乳、豚肉、みそ、○ピザ用チーズ、○ツナ油漬缶	たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、こまつな、○たまねぎ、○ピーマン、○コーン缶、ねぎ、カットわかめ
21 水	ピピンバ 春雨野菜スープ オレンジ	保育乳 さつま芋蒸しケーキ バナナ	米、○ホットケーキ粉、○さつまいも、○油、油、はるさめ、○三温糖、ごま油、白ごま、砂糖	◎保育乳、豚肉、卵、○調製豆乳、○卵、みそ	○バナナ、オレンジ、こまつな、にんじん、もやし、キャベツ、生しいたけ、ねぎ、にんにく、しょうが
22 木	ベジタブルカレー ウィンナー ナムル	保育乳 ホットケーキ 黄桃	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○油、砂糖、ごま油	◎保育乳、豚肉、ウィンナー、○調製豆乳、ツナ油漬缶	○もも缶、たまねぎ、にんじん、きゅうり、ピーマン、切り干しいたごん、ひじき
23 金	中華あんかけそば ちくわソバ揚げ オレンジ	保育乳 鶏五目おにぎり	ゆで中華めん、○米、小麦粉、油、砂糖、ごま油、片栗粉	◎保育乳、豚肉、ちくわ、○鶏もも肉、○油揚げ	オレンジ、チンゲンサイ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、○にんじん、○しめじ、○ねぎ、○干しいたけ、黒きくらげ、あおのり
24 土	豚と野菜ショウガ焼きどんぶり 黄桃	保育乳 蒸しカステラ	米、油、砂糖、片栗粉、○三温糖、○ホットケーキ粉、○無塩バター	豚肉、○保育乳	もも缶、たまねぎ、にんじん、こまつな、しめじ、しょうが
26 月	ごはん 鶏手羽みそ煮 グリーンサラダ ポテトスープ	保育乳 マカロニのトマト煮	米、じゃがいも、○マカロニ、○油、砂糖、○砂糖	◎保育乳、鶏手羽元、○豚ひき肉、みそ、ツナ油漬缶、○粉チーズ	キャベツ、こまつな、にんじん、○トマトペースト、○たまねぎ、オクラ、○にんにく、カットわかめ
27 火	ごはん 魚のみそマヨ焼き 春雨チャンプルー 豆腐スープ	保育乳 ごまスコーン パイン(缶)	米、○強力粉、○無塩バター、○三温糖、マヨネーズ、はるさめ、すりごま、油、○白ごま	◎保育乳、白身魚(キング)、沖縄豆腐、豚肉、○プレーンヨーグルト、○卵、油揚げ、みそ	○パイナップル、たまねぎ、こまつな、キャベツ、にんじん、ピーマン
28 水	麦ごはん 昆布納豆 ゴーヤーチャンプルー 豚肉キャベツみそ汁	保育乳 大学いも すいか	○さつまいも、米、○砂糖、押麦、○油、油、○黒ごま	◎保育乳、沖縄豆腐、挽きわり納豆、豚肉、卵、みそ	○すいか、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ゴーヤー、ねぎ、塩こんぶ
29 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(誕生日)	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、○砂糖	◎保育乳、豚肉、豚ひき肉、○卵、○牛乳	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
30 金	沖縄そば ごま和え オレンジ	保育乳 青菜シラスおにぎり	沖縄そば、○米、砂糖、すりごま、○白ごま	◎保育乳、三枚肉、かまぼこ、○しらす干し	オレンジ、もやし、にんじん、こまつな、○大根葉ふりかけ、ねぎ
31 土	わかめおにぎり 豚汁	保育乳 ホットケーキ	米、じゃがいも、○三温糖、○ミックス粉、○無塩バター	豚肉、みそ、○保育乳	にんじん、ごぼう、わかめふりかけ

☆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



2019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	カや熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	木	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 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	じゃがいも、 米、さつまいも	ミルク、豚肉、 豆腐	にんじん、チンゲンサイ、 えのきたけ、赤ピーマン、 黄ピーマン、ピーマン、カッ トわかめ
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
2	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ペースト	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 キャベツスープ	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 キャベツスープ	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 キャベツスープ	米、スパゲ ティ	ミルク、白身 魚、豚ひき肉	たまねぎ、にんじん、キャベ ツ、もやし、こまつな、なす、 えのきたけ、しめじ、ねぎ、干 しいたけ
			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	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	米	豆腐、豚ひき 肉	長ねぎ、にんじん、干しい たけ
5	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギペースト	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 鶏肉煮付け 野菜柔らか煮 スープ	米、食パン、 じゃがいも	ミルク、鶏肉	たまねぎ、にんじん、きゅうり、オ クラ、コーン缶、赤ピーマン、黄 ピーマン、ピーマン、干しいたけ
			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			
6	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参冬瓜青菜ペースト	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	さつまいも、 米	ミルク、白身 魚	とうがん、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			
7	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 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	米、じゃがい も	ミルク、豆腐、 鶏ひき肉	こまつな、キャベツ、へち ま、にんじん、しめじ、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			
8	木	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 豆腐スープ	米、さつまい も	ミルク、白身 魚	にんじん、たまねぎ、こまつ な、きゅうり、えのきた け、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→おにぎり			
9	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	米、ゆで中華 めん	ミルク、豆腐	たまねぎ、キャベツ、とうが ん、にんじん、こまつな、 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			
10	土	野菜がゆ	煮込みうどん	煮込みうどん	煮込みうどん	ゆでうどん	豚肉	たまねぎ、にんじん
12	月							
13	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 キャベツスープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 キャベツスープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 キャベツスープ	米、じゃがい も	ミルク、豆腐、 豚肉	キャベツ、長ねぎ、こまつ な、にんじん、生しいたけ、 しめじ、ねぎ、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			
14	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	米、さつまい も	ミルク、白身 魚	にんじん、こまつな、しめ じ、たまねぎ、切り干しい 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			
15	木	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 魚ポテト煮 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	米、じゃがい も	ミルク、豚肉	たまねぎ、にんじん、きゅう り、ピーマン、切り干しい 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



2019年8月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	材料と体内での主なはたらき						
		5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃			
16	金	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 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	米、さつまいも	力や熱となる食物 ミルク、豆腐	体の調子をよくする食物 パパイヤ(未熟果)、にんじん、とうがんと、ごぼう、長ねぎ、ひじき
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	米	豆腐	キャベツ、にんじん、コーン缶
19	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜冬瓜ペースト	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 鶏煮付け 野菜柔らか煮 冬瓜スープ	米、さつまいも	ミルク、鶏肉	にんじん、とうがんと、キャベツ、えのきたけ、もずく、たまねぎ、こまつな
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	米、食パン、じゃがいも	ミルク、豚肉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、こまつな、ピーマン、コーン缶、ねぎ、カットわかめ
20	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参ポト青葉ペースト	7倍がゆ 魚ポト煮 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚ポト煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉ポト煮 野菜柔らか煮 わかめスープ	米、食パン、じゃがいも	ミルク、豚肉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、しめじ、こまつな、ピーマン、コーン缶、ねぎ、カットわかめ
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	米、さつまいも	ミルク、豚肉	こまつな、にんじん、もやし、キャベツ、生しいたけ、ねぎ
21	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜キャベツペースト	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	米、さつまいも	ミルク、豚肉	こまつな、にんじん、もやし、キャベツ、生しいたけ、ねぎ
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、こまつな
22	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ポトペースト	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	にんじん、たまねぎ、こまつな
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	ゆで中華めん、米	ミルク、白身魚	チンゲンサイ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、しめじ、ねぎ、生しいたけ
23	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	煮込みそば 魚煮付け 野菜柔らか煮	ゆで中華めん、米	ミルク、白身魚	チンゲンサイ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、しめじ、ねぎ、生しいたけ
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	米	豚肉	たまねぎ、にんじん、こまつな、しめじ
26	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ポトペースト 人参キャベツ青菜ペースト	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 鶏煮付け 野菜柔らか煮 ポテトスープ	米、じゃがいも、マカロニ	ミルク、鶏肉、豚ひき肉	キャベツ、こまつな、にんじん、たまねぎ、オクラ、カットわかめ
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	米、さつまいも	ミルク、白身魚	たまねぎ、こまつな、キャベツ、にんじん、ピーマン
27	火	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	米、さつまいも	ミルク、白身魚	たまねぎ、こまつな、キャベツ、にんじん、ピーマン
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	米、じゃがいも、ホットケーキ粉	ミルク、豚ひき肉、豆腐	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
28	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ポトペースト	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 肉だんご煮 野菜柔らか煮 ポテトスープ	米、さつまいも	ミルク、豆腐	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ゴーヤー、ねぎ
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	沖繩そば、米、じゃがいも	ミルク、白身魚	もやし、にんじん、こまつな、ねぎ
29	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギキャベツペースト	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	米、さつまいも	ミルク、豆腐	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ゴーヤー、ねぎ
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	米、じゃがいも	豚肉	にんじん、ごぼう
30	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参ポト青菜ペースト	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	煮込み沖繩そば 魚煮付け 野菜柔らか煮	沖繩そば、米、じゃがいも	ミルク、白身魚	もやし、にんじん、こまつな、ねぎ
		野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	米、じゃがいも	豚肉	にんじん、ごぼう
31	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	米、じゃがいも	豚肉	にんじん、ごぼう

★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