

令和2年度 8月 離乳食献立表 (NO1)



日	A(初期) 6か月	B(中期) 7~8か月	C(後期) 9~11か月	D(完了期) 12~18か月
1・土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(玉ねぎ・じゃがいも・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(玉ねぎ・じゃがいも・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 豚肉のカレー煮(調味料1/3量、カレー粉除く) じゃがいもとやしのスープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 豚肉のカレー煮(調味料半量、カレー粉少量) じゃがいもとやしのスープ(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
3・17月	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥(青のり入り) 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(人参・小松菜葉先・なす(皮をむく)・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥(青のり入り) 野菜と魚の煮物(白身魚・人参・ピーマン・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(なす(皮をむく)・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥(青のりふりかけ) 豚肉となすのみそ炒め(調味料1/3量、なす皮をむく) じゃがいもとおなのスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯(青のりふりかけ) 豚肉となすのみそ炒め(調味料半量、なす皮をむく) じゃがいもとおなのスープ(だし汁で2倍に薄める)
4・18火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮(豆腐・だし汁・でんぶん) 煮野菜(青梗菜葉先・人参・じゃがいも・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 豆腐と野菜の煮物(豆腐・じゃがいも・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(青梗菜・人参・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 白いんげんトマト煮(調味料1/3量、ケチャップ少量、ソース除く) 豆腐と青梗菜のスープ(だし汁で3倍に薄める、ベーコン少量)	軟飯 白いんげんトマト煮(調味料半量、ケチャップ少量) 豆腐と青梗菜のスープ(だし汁で2倍に薄める、ベーコン少量)
5・19水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(おくら(種を除く)・人参・冬瓜・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 鮭の煮物(鮭・だし汁・でんぶん) 鶏肉の煮物(おくら(種を除く)・人参・だし汁・でんぶん) 冬瓜の汁もの(冬瓜・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鮭の照り焼き(調味料1/3量) おくらの削り節和え(調味料1/3量、おくら種を除く、けずりぶし炒って粉状) 冬瓜と油揚げのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、油揚げ除く)	軟飯 鮭の照り焼き(調味料半量) おくらの削り節和え(調味料半量、おくら種を除く、けずりぶし炒って粉状) 冬瓜と油揚げのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、油揚げ細かく刻んで少量)
6・20木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 魚のミルク煮(白身魚・育児用ミルク・でんぶん) 煮野菜(じゃがいも・キャベツ・玉ねぎ・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉のミルク煮物(鶏ささみ肉・人参・育児用ミルク・でんぶん) じゃがいもとキャベツの汁もの(じゃがいも・キャベツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉のマーマレード焼き(調味料1/3量、にんにく・マーマレード少量) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) ミネストローネ(水で3倍に薄める、にんにく、ベーコン少量)	軟飯 鶏肉のマーマレード焼き(調味料半量、にんにく少量) 湯通しキャベツ(調味料半量) ミネストローネ(水で2倍に薄める、にんにく、ベーコン少量)
7・21金	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 高野豆腐の煮物(高野豆腐・だし汁・でんぶん) 煮野菜(人参・キャベツ・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 高野豆腐と野菜の煮物(高野豆腐・人参・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(じゃがいも・キャベツ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 五目豆(調味料1/3量、こんにやく・ごぼう除く、大豆皮を除き刻む、こんぶやわらかく) じゃがいもとキャベツのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 五目豆(調味料半量、こんにやく除く、大豆皮を除き刻む、こんぶやわらかく) じゃがいもとキャベツのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
8・22土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(人参・青梗菜葉先・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(青梗菜・人参・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 肉じゃが(調味料1/3量、グリーンピース薄皮除くまたは抜く) 青梗菜のスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 肉じゃが(調味料半量、グリーンピース薄皮除くまたは抜く) 青梗菜のスープ(だし汁で2倍に薄める)
10月	山の日			
11・25火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(かぼちゃ・なす(皮をむく)・キャベツ・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉と野菜の煮物(鶏ささみ肉・かぼちゃ・なす(皮をむく)・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(キャベツ・さやいんげん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉と夏野菜の煮物(調味料1/3量、にんにく少量、なす皮をむく) キャベツともやしのスープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 鶏肉と夏野菜の煮物(調味料半量、にんにく少量、なす皮をむく) キャベツともやしのスープ(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
11・25火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク にんじん粥(米・にんじん)	育児用ミルク 豚ニラチャーハンのかた粥(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 豚ニラチャーハンの軟飯(調味料半量)

令和2年度 8月 離乳食献立表 (N02)

保育課

	朝おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
12 ・ 26 水	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(人参・じゃがいも・玉ねぎ・だし汁・でんぶん)	お粥 白身魚と野菜の煮物(白身魚・人参・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(じゃがいも・玉ねぎ・だし汁)	かた粥 豚肉のしょうが炒め(調味料1/3量、しょうが少量) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉のしょうが炒め(調味料半量、しょうが少量) じゃがいもと玉ねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク マカロニのミルク煮きなこ入り(マカロニ・育児用ミルク・きなこ)	育児用ミルク マカロニあべかわ(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 マカロニあべかわ(調味料半量)
13 ・ 27 木	昼食	つぶし粥 煮のミルク煮(白身魚・育児用ミルク・だし汁・でんぶん) 煮野菜(じゃがいも・人参・玉ねぎ・だし汁・でんぶん)	お粥 鶏肉と野菜のミルク煮(鶏ささみ肉・ピーマン・育児用ミルク・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(じゃがいも・人参・だし汁)	かた粥 鶏肉とコーンの炒め物(調味料1/3量、しょうが少量、カレー粉・たけのこ・コーン除く) じゃがいもとにんじんのスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 鶏肉とコーンの炒め物(調味料半量、しょうが少量、カレー粉少量、コーン細かく刻むまたは除く) じゃがいもとにんじんのスープ(だし汁で2倍に薄める)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク ひじき粥(米、ひじき(よくもどす))	育児用ミルク ひじきライスのかた粥(調味料1/3量、ひじきよくもどす、グリーンピースの薄皮除くまたは抜く)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 ひじきライスの軟飯(調味料半量、ひじきよくもどす、グリーンピースの薄皮除くまたは抜く)
14 金	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(人参・じゃがいも・キャベツ・だし汁・でんぶん)	お粥 ツナと野菜の煮物(ツナ缶(水洗い)、人参、だし汁、でんぶん) 野菜の汁もの(じゃがいも、キャベツ、だし汁)	かた粥 ツナと野菜の煮物(調味料1/3量、しらたき除く、グリーンピース薄皮除くまたは除く、ツナ缶水洗い) キャベツと玉ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 ツナと野菜の煮物(調味料半量、しらたき細かく刻む、グリーンピース薄皮除くまたは除く、ツナ缶水洗い) キャベツと玉ねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
	おやつ	育児用ミルク	青のり粥(米、青のり、だし汁)	育児用ミルク 青のりご飯のかたがゆ(調味料1/3量)	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 青のりご飯の軟飯(調味料半量)
15 ・ 29 土	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(にんじん・玉ねぎ・だし汁・でんぶん)	お粥 魚の煮物(白身魚・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(玉ねぎ・にんじん・だし汁)	かた粥 鶏肉のさっぱり煮(調味料1/3量、にんにく・しょうが少量) 麩とわかめのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う)	軟飯 鶏肉のさっぱり煮(調味料半量、にんにく・しょうが少量) 麩とわかめのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト 麩のミルク煮(焼か、育児用ミルク)	育児用ミルク・ヨーグルト 麩のシュガーバター(調味料1/3量) 枝豆(薄皮除く)	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳 枝豆
24 月	昼食	つぶし粥 高野豆腐のトロトロ煮(高野豆腐、だし汁、でんぶん) 煮野菜(にんじん・小松菜葉先・玉ねぎ・だし汁・でんぶん)	お粥 豆腐と野菜の煮物(高野豆腐・にんじん・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(ピーマン・玉ねぎ・だし汁)	かた粥 高野豆腐とキャベツのみそ炒め(調味料1/3量) あおなと玉ねぎのすまし汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 高野豆腐とキャベツのみそ炒め(調味料半量) あおなと玉ねぎのすまし汁(だし汁で2倍に薄める)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト 麩のミルク煮(焼か、育児用ミルク)	育児用ミルク・ヨーグルト 麩のシュガーバター(調味料1/3量) 枝豆(薄皮除く)	育児用ミルク・ヨーグルト 麩のシュガーバター(調味料半量) 枝豆
28 金	昼食	つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(じゃがいも・キャベツ・人参・だし汁・でんぶん)	お粥 ツナと野菜の煮物(ツナ缶(水洗い)・人参・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(じゃがいも・キャベツ・だし汁)	かた粥 ツナと野菜の煮物(調味料1/3量、しらたき除く、グリーンピース薄皮除くまたは除く、ツナ缶水洗い) キャベツと玉ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 ツナと野菜の煮物(調味料半量、しらたき細かく刻む、グリーンピース薄皮除くまたは除く、ツナ缶水洗い) キャベツと玉ねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄める)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト 青のり粥(米、青のり、だし汁)	育児用ミルク・ヨーグルト 青のりご飯のかたがゆ(調味料1/3量)	育児用ミルク・ヨーグルト 青のりご飯の軟飯(調味料半量)
31 月	昼食	つぶし粥 高野豆腐のトロトロ煮(高野豆腐、だし汁、でんぶん) 煮野菜(にんじん・キャベツ・玉ねぎ・だし汁・でんぶん)	お粥 高野豆腐と野菜の煮物(高野豆腐・にんじん・だし汁・でんぶん) 野菜の汁もの(ピーマン・玉ねぎ・だし汁)	かた粥 八宝菜(調味料1/3量、たけのこ・なると除く、もやし細かく刻む) わかめスープ(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う)	軟飯 八宝菜(調味料半量、なると細かく刻んで少量または除く、もやし細かく刻む) わかめスープ(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
	おやつ	育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト 青のり粥(米、青のり、だし汁)	育児用ミルク・ヨーグルト 茶めしのかたがゆ(調味料1/3量)	育児用ミルク・ヨーグルト 茶めしの軟飯(調味料半量)
お誕生会	昼食	つぶし粥(人参入り) 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(キャベツ・じゃがいも・だし汁・でんぶん)	お粥(人参入り) 鶏肉の煮物(鶏ささみ肉・だし汁・でんぶん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぶん) じゃがいもの汁もの(じゃがいも・だし汁)	かた粥 ラビットライスのかた粥(調味料1/3量) 鶏肉のから揚げ(調味料1/3量、しょうが少量) ゆで野菜(調味料1/3量) ポテトスープ(だし汁で3倍に薄める、ベーコン少量)	軟飯 ラビットライスの軟飯(調味料半量) 鶏肉のから揚げ(調味料半量、しょうが少量) ゆで野菜(調味料半量) ポテトスープ(だし汁で2倍に薄める、ベーコン少量)
		育児用ミルク	育児用ミルク		
	おやつ	育児用ミルク 	育児用ミルク すいか(煮る) ふわふわせんべい	育児用ミルク すいか ふわふわせんべい	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 すいか せんべい