



R8年7月 離乳食献立表



三萩野保育園

			1(水) 16(木)	2(木) 17(金)	3(金) 23(木)	4(土) 18(土)	6(月) 21(火)	7(火)	8(水) 28(火)	9(木) 27(月)
昼食	初期	1 2 回食	10倍粥 豆腐と人参のペースト オニオンスープ	10倍粥 豆腐と小松菜のペースト にんじんスープ	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜スープ	煮込みうどん オニオンスープ	10倍粥 マッシュポテト にんじんスープ	煮込みそうめん 野菜スープ	10倍粥 豆腐と野菜のペースト にんじんスープ	10倍粥 かぼちゃのペースト トマトスープ
	中期	2 回食	7倍粥 豆腐と野菜の煮物 麩のすまし汁	7倍粥 野菜のそぼろ煮 豆腐とわかめのみそ汁	7倍粥 白身魚と野菜の煮物 わかめスープ	そぼろ入り煮込みうどん オニオンスープ	7倍粥 肉じゃが にんじんスープ	そぼろ入り煮込みそうめん 野菜スープ	7倍粥 なすのそぼろ煮 もやしのスープ	7倍粥 かぼちゃのそぼろ煮 トマトスープ
	後期	3 回食	5倍粥 豆腐と野菜の煮物 麩のすまし汁	5倍粥 野菜のそぼろ煮 豆腐とわかめのみそ汁	5倍粥 白身魚と野菜の煮物 わかめスープ	そぼろ入り煮込みうどん オニオンスープ	5倍粥 肉じゃが にんじんスープ	そぼろ入り煮込みそうめん 野菜スープ	5倍粥 なすのそぼろ煮 もやしのスープ	5倍粥 かぼちゃのそぼろ煮 トマトスープ
おやつ	初期		なし	なし	なし	なし	なし	なし	なし	なし
	中期		小松菜蒸しパン オニオンスープ	豆腐粥	わかめ粥	野菜粥	ミルクポテト粥	そぼろ粥	豆腐粥	かぼちゃ粥
	後期									
			10(金)	11(土) 25(土)	13(月) 31(金)	14(火) 30(木)	15(水) 29(水)	22(水)	24(金)	夏バテ対策 なんといっても『旬の食材』! 旬のものは、その時期に栄養価が最も高まっている状態。季節外れのもの食べるよりも、ずっと多くの栄養を摂ることができます。 また、旬の食材は手ごろな価格で手に入るのも魅力。赤ちゃんの夏バテ対策に、上手に活用してください♪ 
昼食	初期	1 2 回食	パン粥 トマトのペースト にんじんスープ	パン粥 にんじんのペースト キャベツのスープ	10倍粥 豆腐と野菜のペースト オニオンスープ	10倍粥 キャベツペースト にんじんスープ	10倍粥 豆腐と野菜のペースト トマトスープ	10倍粥 大根ペースト キャベツのスープ	10倍粥 白身魚のすり流し にんじんスープ	
	中期	2 回食	パン粥 夏野菜とササミの煮物 にんじんスープ	パン粥 ペンネと野菜のそぼろ煮 キャベツのスープ	7倍粥 ササミともやしの煮物 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 キャベツのそぼろ煮 もずく汁	7倍粥 ツナと豆腐の煮物 トマトスープ	7倍粥 大根のそぼろ煮 キャベツのみそ汁	7倍粥 白身魚と野菜の煮物 麩とわかめのみそ汁	
	後期	3 回食	パン粥 夏野菜とササミの煮物 にんじんスープ	パン粥 ペンネと野菜のそぼろ煮 キャベツのスープ	5倍粥 ササミともやしの煮物 玉ねぎのみそ汁	5倍粥 キャベツのそぼろ煮 もずく汁	5倍粥 ツナと豆腐の煮物 トマトスープ	5倍粥 大根のそぼろ煮 キャベツのみそ汁	5倍粥 白身魚と野菜の煮物 麩とわかめのみそ汁	
おやつ	初期		なし	なし	なし	なし	なし	なし	なし	
	中期		トマト粥	キャベツチーズ粥	豆腐粥	パン粥(ジャム)	ツナのおじゃ	そぼろ粥	さかな粥	
	後期									

*月齢や離乳食の進み具合によって食材の硬さや大きさを変えています