

2020年度

8月 離乳食献立表 同胞こども園



日	曜	5・6ヶ月ごろ	7・8ヶ月ごろ	9～11ヶ月ごろ	使用食材	おやつ	
1	土	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	具入りごはん	具入りごはん	鶏肉 玉ねぎ キャベツ ねぎ	おかし	
3	月	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	あんかけごはん 胡瓜の和え物	あんかけごはん 胡瓜の和え物	鶏肉 白菜 人参 胡瓜	おかし	
4	火	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	鶏じゃが 小松菜の和え物	鶏じゃが 小松菜のジャコあえ	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 小松菜 (ジャコ)	おかし	
5	水	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	けんちん汁風 もつ煮	けんちん汁風 もつ煮	鶏肉 鶏肝臓 豆腐 大根 人参 ねぎ	さつまいもケーキ	
6	木	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	白身魚と野菜の煮物 野菜の和え物	白身魚と野菜の煮物 野菜の和え物	白身魚 胡瓜 人参 もやし 玉ねぎ わかめ	おかし	
7	金	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	鶏肉と野菜の煮物 サラダ	鶏肉と野菜の煮物 サラダ	鶏肉 レタス 胡瓜 トマト 玉ねぎ 人参 (ジャコ)	フルーツ和え・おかし	
8	土	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	具入りごはん	具入りごはん	鶏肉 白菜 もやし 人参	おかし	
10	月	山の日					
11	火	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	パンがゆ スープ サラダ	食パン スープ サラダ	食パン 鶏肉 マカロニ じゃがいも 玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜 (マヨシ)	わかめごはん	
12	水	こしがゆ(おもゆ) 南瓜のペースト	白身魚と野菜の煮物 清汁	白身魚と野菜の煮物 みそ汁	白身魚 南瓜 玉ねぎ 人参 ねぎ (みそ)	シュガートースト	
13	木	夏期特別保育(弁当持参)					
14	金						
15	土						
17	月	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	白身魚と大豆の煮物 清汁	白身魚と野菜のみそ煮 大豆入りひじき煮	白身魚 大豆 じゃがいも 人参 玉ねぎ ねぎ (ひじき みそ)	おかし	
18	火	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	あんかけごはん サラダ	あんかけごはん サラダ	鶏肉 玉ねぎ 人参 南瓜 なす オクラ レタス 胡瓜 (マヨシ)	バナナ・おかし	
19	水	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	二色ごはん 清汁	二色ごはん 清汁	鶏肉 ほうれん草 大根 人参 ぶ ねぎ	チーズホットケーキ	
20	木	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	鶏肉と野菜の煮物 野菜の和え物	鶏肉と野菜のみそ煮 野菜の和え物	鶏肉 大根 胡瓜 玉ねぎ 人参 わかめ (みそ)	ツナマヨトースト	
21	金	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	麻婆豆腐風 サラダ	麻婆豆腐風 サラダ	鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 ねぎ 胡瓜 (春雨 マヨシ みそ)	おかし	
22	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	おじや	おじや	鶏肉 胡瓜 もやし	おかし	
24	月	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	具入りごはん 胡瓜の和え物	具入りごはん 胡瓜の和え物	鶏肉 人参 大根 玉ねぎ ねぎ(ジャコ ひじき)	おかし	
25	火	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	白身魚と野菜の煮物 サラダ	白身魚と野菜の煮物 サラダ	白身魚 人参 胡瓜 玉ねぎ キャベツ (ツナ マヨシ ケチャップ)	お好み焼き	
26	水	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	スパゲティー煮 ポテトサラダ	スパゲティー煮 ポテトサラダ	スパゲティー 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 なす 胡瓜 (ケチャップ マヨシ)	おかかごはん	
27	木	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	筑前煮風 オクラ納豆	筑前煮風 オクラ納豆	鶏肉 納豆 大根 人参 いんげん オクラ (かつお節)	蒸しパン	
28	金	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	鶏肉と野菜の煮物 フロッキーの和え物	鶏バーグ スープ	鶏肉 玉ねぎ 人参 いんげん パプリカ フロッキー (ケチャップ)	食パン	
29	土	こしがゆ(おもゆ) 玉ねぎのペースト	あんかけごはん	あんかけごはん	鶏肉 玉ねぎ 人参 ねぎ	おかし	
31	月	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	ケチャップチキン スープ	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 フロッキー (ケチャップ)	おかし	

※7・8はおかゆ、9～11は軟飯が主食です おやつは後期のみです。
 ()は9～11のみの食材です。※月齢で異なる時もあります。
 食材の状況により変更する場合があります。

