

# 8月 献立表 離乳食(中期)

2021年 8月

妻田フェルマータ小規模保育園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
2月	おかゆ ツナとじゃがいもの煮物 白菜と玉ねぎの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	ツナ缶	はくさい、たまねぎ	うるち米、じゃがいも	かつおだし、ハイハイ
3火	おかゆ ツナと白菜の煮物 ほうれん草と玉ねぎの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	ツナ缶	はくさい、ほうれん草、たまねぎ	うるち米	かつおだし、ハイハイ
4水	おかゆ 鶏ひき肉と豆腐の煮物 さつまいもの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ひき肉、木綿豆腐		うるち米、さつまいも	かつおだし、ハイハイ
5木	おかゆ ささみとたまねぎの煮物 かぼちゃ煮	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ささみ	たまねぎ、かぼちゃ	うるち米	かつおだし、ハイハイ
6金	おかゆ たらの煮物 じゃがいもと人参の煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	たら	にんじん	うるち米、じゃがいも	かつおだし、ハイハイ
7土	おかゆ 鶏ひき肉と豆腐の煮物 にんじんとほうれん草の煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ひき肉、木綿豆腐	にんじん、ほうれん草	うるち米	かつおだし、ハイハイ
10火	おかゆ ツナと豆腐の煮物 にんじんときゅうりの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	ツナ缶、木綿豆腐	にんじん、きゅうり	うるち米	かつおだし、ハイハイ
11水	おかゆ たらの煮物 さつまいもの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	たら		うるち米、さつまいも	かつおだし、ハイハイ
12木	おかゆ ツナとさつまいもの煮物 なすと玉葱の煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	ツナ缶	なす、たまねぎ	うるち米、さつまいも	かつおだし、ハイハイ
13金	おかゆ ささみとたまねぎの煮物 ブロッコリーと人参の煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ささみ	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん	うるち米	かつおだし、ハイハイ
14土	うどん 豆腐とキャベツの煮物 バナナ	○ハイハイ ◎ハイハイ	絹ごし豆腐	キャベツ、バナナ	うどん	かつおだし、ハイハイ
16月	おかゆ ツナとさつまいもの煮物 白菜と玉ねぎの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	ツナ缶	はくさい、たまねぎ	うるち米、さつまいも	かつおだし、ハイハイ
17火	おかゆ ささみとたまねぎの煮物 キャベツと人参の煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ささみ	たまねぎ、キャベツ、にんじん	うるち米	かつおだし、ハイハイ
18水	おかゆ 煮魚(さけ) 小松菜と玉ねぎの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	さけ	こまつな、たまねぎ	うるち米	かつおだし、ハイハイ
19木	おかゆ ささみとじゃがいもの煮物 にんじんときゅうりの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ささみ	にんじん、きゅうり	うるち米、じゃがいも	かつおだし、ハイハイ
20金	おかゆ 鶏ひき肉と豆腐の煮物 小松菜と玉ねぎの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ひき肉、木綿豆腐	こまつな、たまねぎ	うるち米	かつおだし、ハイハイ
21土	おかゆ ツナとじゃがいもの煮物 にんじんと玉葱の煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	ツナ缶	にんじん、たまねぎ	うるち米、じゃがいも	かつおだし、ハイハイ
23月	おかゆ ささみとたまねぎの煮物 にんじんとなすの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん、なす	うるち米	かつおだし、ハイハイ
24火	おかゆ 鶏ひき肉とじゃがいもの煮物 にんじんときゅうりの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ひき肉	にんじん、きゅうり	うるち米、じゃがいも	かつおだし、ハイハイ
25水	おかゆ ツナとブロッコリーの煮物 じゃがいもと人参の煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	ツナ缶	ブロッコリー、にんじん	うるち米、じゃがいも	かつおだし、ハイハイ
26木	おかゆ ささみとたまねぎの煮物 キャベツときゅうり煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ささみ	たまねぎ、キャベツ、きゅうり	うるち米	かつおだし、ハイハイ
27金	おかゆ 煮魚(さけ) キャベツと人参の煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	さけ	キャベツ、にんじん	うるち米	かつおだし、ハイハイ
28土	おかゆ ツナと白菜の煮物 大根と玉ねぎの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	ツナ缶	はくさい、だいこん、たまねぎ	うるち米	かつおだし、ハイハイ
30月	おかゆ ツナと豆腐の煮物 白菜と人参の煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	ツナ缶、木綿豆腐	はくさい、にんじん	うるち米	かつおだし、ハイハイ
31火	おかゆ ささみとじゃがいもの煮物 にんじんときゅうりの煮物	○ハイハイ ◎ハイハイ	鶏ささみ	にんじん、きゅうり	うるち米、じゃがいも	かつおだし、ハイハイ

