

令和5年8月



離乳食後期 (9~11か月頃) 予定献立表

京丹後市立保育所・こども園

日曜	献立	材料名
1 火	全粥～軟飯 あかうおの煮付 たたききゅうり煮 じゃがいものみそ汁	米 あかうお、砂糖、しょうゆ、だし汁、片栗粉、きゅうり、ごま油、しょうゆ、だし汁 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、わかめ、ねぎ、みそ、だし汁
2 水	全粥～軟飯 鶏バーグ スープ	米 鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、片栗粉、塩、油 キャベツ、たまねぎ、にんじん、わかめ、しいたけ、だし汁、しょうゆ
3 木	全粥～軟飯 (鶏そぼろ) あかうおの煮付 ふのすまし汁 サラダ煮	米、鶏ひき肉、しょうゆ、あおのり あかうお、だし汁、しょうゆ、片栗粉、たまねぎ、にんじん、麩、ねぎ、だし汁、しょうゆ はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、酢、しょうゆ
4 金	全粥～軟飯 大豆と野菜煮 オクラのかつお煮 すいか	米 豚肉、大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、だし汁、砂糖、しょうゆ オクラ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、かつお節、だし汁、すいか
7 月	全粥～軟飯 豚肉と野菜煮 キャベツの香り煮 バナナ	米 豚肉、たまねぎ、じゃがいも、なす、かぼちゃ、にんじん、ピーマン、油、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、レモン、砂糖、バナナ
8 火	全粥～軟飯 ビビンバ風あんかけ 豆腐スープ	米 豚ひき肉、ごま油、こまつな、もやし、にんじん、水、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
9 水	全粥～軟飯 魚とじゃがいも煮 野菜煮	米 ぶり、じゃがいも、だし汁、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉
10 木	全粥～軟飯 マーボーなす風 かりこりきゅうり煮 オレンジ	米 豚ひき肉、豆腐、なす、にんじん、ねぎ、油、水、みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 きゅうり、ひじき、だし汁、酢、砂糖、しょうゆ、オレンジ
16 水	全粥～軟飯 炒めそうめん 豆腐のすまし汁 オレンジ	米 そうめん、豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ、オレンジ
17 木	全粥～軟飯 鶏肉入り野菜スープ かぼちゃの含め煮	米 鶏肉、片栗粉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ かぼちゃ、砂糖、しょうゆ、だし汁
18 金	全粥～軟飯 さけと野菜煮 野菜スープ	米 さけ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、だし汁、片栗粉 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、だし汁、しょうゆ
21 月	全粥～軟飯 冷やしうどん 納豆のみそ風味 オレンジ	米 うどん、わかめ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、みりん、しょうゆ 納豆、豚ひき肉、じゃがいも、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、酒、オレンジ
22 火	全粥～軟飯 豆腐の中華煮 春雨サラダ煮 バナナ	米 豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、もやし、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、はるさめ、だし汁、酢、しょうゆ、砂糖、バナナ
23 水	全粥～軟飯 煮魚 かぼちゃ煮 すまし汁	米 あかうお、だし汁、しょうゆ、みりん、片栗粉 かぼちゃ、きゅうり、だし汁、酢、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
24 木	全粥～軟飯 夏野菜バーグ しょうゆフレンチ煮	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、ピーマン、かぼちゃ、じゃがいも、塩、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、酢、油
25 金	全粥～軟飯 ひじきのさらさ炒め きゃべつのツナ煮 オレンジ	米 ひじき、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、砂糖、しょうゆ キャベツ、きゅうり、ツナ缶、だし汁、オレンジ
28 月	全粥～軟飯 トマト煮 野菜煮	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、油、ホールトマト、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、だし汁、しょうゆ、片栗粉
29 火	全粥～軟飯 鶏肉入りナムル煮 たまねぎのすまし汁	米 鶏肉、キャベツ、きゅうり、もやし、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、酢 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
30 水	全粥～軟飯 大豆入りお焼き なすのみそ汁 バナナ	米 大豆、さつまいも、たまねぎ、グリーンピース、米粉、塩、油 かぼちゃ、なす、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ、バナナ
31 木	全粥～軟飯 はまちと青菜煮 すまし汁	米 はまち、キャベツ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、だし汁、しょうゆ

- ※ 離乳食後は欲しがるだけミルクを飲みます。
また、午前、午後の間食時間にもミルクを飲みます。
- ※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。
- ※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

一緒に食事をして、食事の時間を楽しい時間にしましょう

一緒に食事をする事で、楽しい時間となり、おいしく食べられます。

「おいしいね」「モグモグ上手だね」「これは〇〇だよ」など話しかけ、美味しい食事にしましょう！