

令和8年 8月



離乳食完了期（12～18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
3月	夏野菜カレーライス	米、鶏肉、玉ねぎ、じゃが芋、なす、かぼちゃ、にんじん、ピーマン、油、カレー粉、鶏がらスープの素、ケチャップ、しょうゆ、水、米粉
	きゅうりの酢の物 バナナ	きゅうり、ひじき、酢、砂糖、しょうゆ、昆布だし汁 バナナ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
4火	軟飯～ご飯	米
	高野豆腐の中華風炒め煮	凍り豆腐、豚肉、玉ねぎ、チンゲンサイ、にんじん、ごま油、鶏がらスープの素、砂糖、しょうゆ、水
	春雨サラダ オレンジ	ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、はるさめ、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、昆布だし汁 オレンジ
	塩おにぎり	米、塩
5水	軟飯～ご飯	米
	魚のから揚げ みそ汁	たら、しょうゆ、片栗粉、油 玉ねぎ、じゃが芋、油揚げ、ねぎ、煮干だし汁、みそ
	青菜の磯和え	キャベツ、小松菜、にんじん、炊き込みわかめ、昆布だし汁
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
6木	軟飯～ご飯	米
	マーボーなす	なす、にんじん、油、豆腐、豚ひき肉、ねぎ、ごま油、水、みそ、しょうゆ、砂糖、片栗粉
	かぼちゃサラダ	かぼちゃ、ハム、きゅうり、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、昆布だし汁
	牛乳(ミルク) メロン	メロン
7金	軟飯～ご飯	米
	焼きビーフン	ビーフン、豚肉、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、油、鶏がらスープの素
	豆腐スープ オレンジ	豆腐、玉ねぎ、にんじん、水、鶏がらスープの素 オレンジ
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
10月	軟飯～ご飯	米
	ビビンバ風あんかけ	豚ひき肉、ごま油、小松菜、にんじん、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉
	春雨スープ オレンジ	はるさめ、玉ねぎ、チンゲンサイ、にんじん、しいたけ、水、鶏がらスープの素、ごま油 オレンジ
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
12水	軟飯～ご飯(きなこ)	米、きな粉
	トマトスパゲティ	スパゲティ、玉ねぎ、ピーマン、ホールトマト、油、ケチャップ、コンソメ、水、パセリ粉
	サラダ バナナ	キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、酢、しょうゆ、砂糖 バナナ
	わかめおにぎり	米、炊き込みわかめ
17月	軟飯～ご飯	米
	茹で豚のごまだれ	豚肉、きゅうり、キャベツ、にんじん、ごま、砂糖、しょうゆ、酢、油
	豆腐とわかめスープ オレンジ	わかめ、豆腐、玉ねぎ、にんじん、しいたけ、水、鶏がらスープの素 オレンジ
	牛乳(ミルク) ジャムサンド	食パン、いちごジャム
18火	軟飯～ご飯	米
	さばのみそ煮 フライドポテト	さば、みそ、砂糖、昆布だし汁 じゃが芋、油、塩
	すまし汁	玉ねぎ、えのきたけ、にんじん、わかめ、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ
	牛乳(ミルク) かぼちゃのソフトクッキー	かぼちゃ、砂糖、油、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、塩
19水	軟飯～ご飯(鶏そぼろあんかけ)	米、鶏ひき肉、昆布だし汁、油、片栗粉、砂糖、しょうゆ
	しょうゆフレンチ	キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油
	なすのみそ汁	じゃが芋、なす、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、煮干だし汁、みそ
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
20木	軟飯～ご飯	米
	夏野菜バーグ	牛ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、ピーマン、なす、じゃが芋、塩、油
	大豆入りサラダ	大豆、ハム、じゃが芋、キャベツ、きゅうり、トマト、マヨネーズ、昆布だし汁
	バナナヨーグルト	無糖ヨーグルト、バナナ
21金	軟飯～ご飯	米
	はまちの照り焼き オニオンスープ	はまち、しょうゆ、砂糖 玉ねぎ、にんじん、コンソメ、水、パセリ粉
	コールスローサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
24月	軟飯～ご飯	米
	トマトシチュー	鶏肉、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、グリーンピース、油、ホールトマト、水、コンソメ、ケチャップ、米粉
	青菜のツナ和え バナナ	きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、しょうゆ バナナ
	牛乳（ミルク） 豆腐のパンケーキ	豆腐、米粉、豆乳、ベーキングパウダー、砂糖、油
25火	軟飯～ご飯	米
	鶏肉のさっぱり煮 揚げかぼちゃ	鶏肉、酢、しょうゆ、砂糖、水 かぼちゃ、油
	スパゲティサラダ	スパゲティ、キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、マヨネーズ、しょうゆ、酢
	牛乳(ミルク) ベビーせんべい	ベビーせんべい
26水	軟飯～ご飯	米
	魚のから揚げ 即席漬け	たら、塩、米粉、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、酢
	野菜スープ	玉ねぎ、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、パセリ粉
	しらすおにぎり	米、しらす干し、ごま油、しょうゆ
27木	軟飯～ご飯	米
	ひじきのささき炒め	ひじき、豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、にんじん、グリーンピース、油、砂糖、しょうゆ
	拌三条	ビーフン、キャベツ、にんじん、きゅうり、ハム、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油
	牛乳(ミルク) バナナ	バナナ
28金	軟飯～ご飯	米
	チリコンカン	牛ひき肉、豚ひき肉、大豆、玉ねぎ、にんじん、油、ケチャップ、コンソメ、水
	オクラのかつお和え オレンジ	オクラ、きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、かつお節、昆布だし汁 オレンジ
	牛乳(ミルク) ふのラスク	麩、油、砂糖
31月	軟飯～ご飯	米
	冷やしうどん	うどん、油揚げ、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ
	納豆みそ バナナ	納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、昆布だし汁 バナナ
	牛乳（ミルク） お焼き	じゃが芋、片栗粉、しょうゆ、油

※ 午前の間食時間には牛乳（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。

間食はいつから必要？ ⇒ 離乳が完了する頃（1歳～1歳6か月頃）

間食は、3回の食事（離乳食）で不足する栄養を補うために必要になります。母乳やミルクを卒業したら、1日に1～2回、間食時間を設け、牛乳＋果物、牛乳＋ベビー菓子、果物＋ヨーグルトなどを準備しましょう。