

令和8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
3月	全粥～軟飯 鶏肉と夏野菜煮 きゅうりの酢の物 バナナ	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、昆布だし汁、しょうゆ、米粉 きゅうり、ひじき、酢、砂糖、しょうゆ、昆布だし汁、米粉 バナナ
4火	全粥～軟飯 高野豆腐と野菜煮 春雨サラダ煮 オレンジ	米 凍り豆腐、豚肉、玉ねぎ、チンゲンサイ、にんじん、昆布だし汁、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、酢、しょうゆ、砂糖、昆布だし汁、片栗粉 オレンジ
5水	全粥～軟飯 魚と野菜煮 みそ汁	米 たら、キャベツ、小松菜、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉 玉ねぎ、じゃが芋、ねぎ、煮干だし汁、みそ
6木	全粥～軟飯 マーボーなす かぼちゃ煮	米 なす、にんじん、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、きゅうり、キャベツ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉
7金	全粥～軟飯 焼きビーフン 豆腐スープ オレンジ	米 ビーフン、豚肉、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、油、しょうゆ 豆腐、玉ねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ オレンジ
10月	全粥～軟飯 ビビンバ風あんかけ 春雨スープ オレンジ	米 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 はるさめ、玉ねぎ、チンゲンサイ、にんじん、しいたけ、昆布だし汁、しょうゆ オレンジ
12水	全粥～軟飯(きなこ) じゃがいものお焼き サラダ バナナ	米、きな粉 じゃが芋、玉ねぎ、ピーマン、片栗粉、しょうゆ 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
17月	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 すまし汁 オレンジ	米 鶏ひき肉、きゅうり、キャベツ、にんじん、昆布だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 わかめ、豆腐、玉ねぎ、にんじん、しいたけ、昆布だし汁、しょうゆ オレンジ
18火	全粥～軟飯 魚とじゃが芋煮 すまし汁	米 たら、じゃが芋、かぼちゃ、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉 玉ねぎ、えのきたけ、にんじん、わかめ、ねぎ、昆布だし汁、しょうゆ
19水	全粥～軟飯(鶏そぼろあんかけ) しょうゆフレンチ煮 なすのみそ汁	米、鶏ひき肉、昆布だし汁、油、片栗粉、砂糖、しょうゆ キャベツ、きゅうり、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、酢、油 じゃが芋、なす、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、昆布だし汁、みそ
20木	全粥～軟飯 夏野菜バーグ煮 大豆と野菜煮	米 牛ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、ピーマン、なす、じゃが芋、塩、油、昆布だし汁 大豆、じゃが芋、キャベツ、きゅうり、トマト、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉
21金	全粥～軟飯 魚と野菜煮 オニオンスープ	米 たら、キャベツ、きゅうり、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉 玉ねぎ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ
24月	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 青菜とツナ煮 バナナ	米 鶏肉、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、グリーンピース、油、昆布だし汁、しょうゆ、米粉 きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、昆布だし汁、米粉 バナナ
25火	全粥～軟飯 鶏肉と野菜煮 茹でかぼちゃ	米 鶏肉、キャベツ、きゅうり、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉 かぼちゃ、昆布だし汁
26水	全粥～軟飯 魚と野菜煮 すまし汁	米 たら、きゅうり、キャベツ、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉 玉ねぎ、キャベツ、にんじん、昆布だし汁、しょうゆ
27木	全粥～軟飯 ひじきのさらさ炒め 拌三糸	米 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 ビーフン、キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油
28金	全粥～軟飯 大豆と野菜煮 オクラのかつお煮	米 牛ひき肉、豚ひき肉、大豆、玉ねぎ、にんじん、麩、昆布だし汁、しょうゆ、片栗粉 オクラ、きゅうり、キャベツ、にんじん、かつお節、昆布だし汁、片栗粉
31月	全粥～軟飯 冷やしうどん 納豆みそ バナナ	米 うどん、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、昆布だし汁、しょうゆ 納豆、豚ひき肉、玉ねぎ、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、昆布だし汁 バナナ

※ 午前午後の間食時間にはミルクを飲みます。

※ 使用食材は、できるだけその日までに、ご家庭で食べていただきますようお願いします。

※ 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。

～お茶や白湯で水分補給をしましょう～

お風呂上がりや散歩の後など、のどの渇いている時には、お茶や白湯で水分補給をしましょう。