



# 8月離乳食予定献立

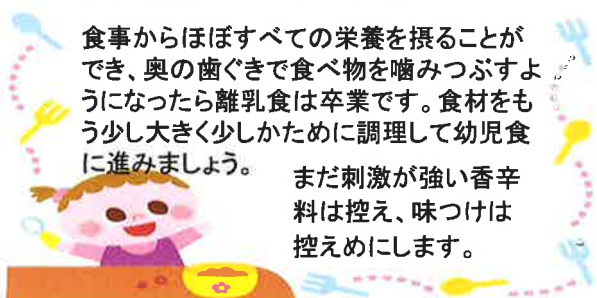


2020年7月31日 小柳保育園

日	曜日	献立	主な食材
1	土	クリームシチュー わかめサラダ ゆで玉子 果汁	人参 玉ねぎ じゃがいも 鶏肉 わかめ レタス きゅうり トマト 卵
3	月	卵とじそうめん 果物	そうめん 卵 大根 人参 長ねぎ 豚肉 果物
4	火	黄金チャーハン風 鶏肉のソテー トマト レタス スープ 果物	鶏肉 玉ねぎ レタス トマト 小松菜 人参 卵 果物
5	水	焼き魚 野菜のお浸し 納豆ほうれん草 さつまいも煮 味噌汁 果物	魚 白菜 人参 納豆 ほうれん草 さつまいも 果物
6	木	かぼちゃのおやき 人参しりしり ほうれん草お浸し スープ 果物	かぼちゃ 人参 豆腐 卵 ツナ わかめ ほうれん草 麩 果物
7	金	せんべい汁風 わかめご飯 果物	麩 人参 大根 白菜 しめじ 豆腐 わかめ ポテトサラダ 果汁
8	土	肉じゃが サラダ 果汁	じゃがいも 豚肉 人参 玉ねぎ 卵 レタス きゅうり トマト 果汁
11	火	鶏肉の柔らか煮 人参煮 きゅうりの和え物 味噌汁 果物	鶏肉 人参 豆腐 きゅうり 豚肉 玉ねぎ 人参 果物
12	水	魚のムニエル ポテトサラダ きゃべつスープ煮 もやしの味噌汁 果物	魚 じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ キャベツ もやし 果物
13	木	 <b>愛情弁当</b> 	
14	金	卵焼き ブロッコリー ひじき煮 味噌汁 果物	卵 人参 ブロッコリー ひじき 鶏肉 わかめ 豆腐 果物
15	土	肉豆腐 サラダ 果汁	豚肉 豆腐 玉ねぎ 人参 レタス きゅうり トマト 卵 果汁
17	月	塩タンメン風うどん 果物	キャベツ 人参 豚肉 もやし うどん 果物
18	火	豆腐のあんかけ ほうれん草のツナ和え 味噌汁 果物	豆腐 ほうれん草 人参 玉ねぎ とりひき わかめ 麩 果物
19	水	魚の味噌煮 わかめの出汁煮 大根煮 かきたま汁 果物	魚 わかめ 豆腐 大根 人参 卵 果物
20	木	チキンボール きのこスパ きゃべつ煮 トマト コンスープ 果物	チキンボール しめじ スパゲティー きゃべつ煮 トマト 卵 果汁
21	金	焼肉風 もやしの和え物 ほうれん草お浸し 味噌汁 果物	豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ほうれん草 大根 果物
22	土	焼き鳥丼 野菜サラダ 果汁	鶏肉 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 果汁
24	月	肉うどん さつまいもマッシュ 果物	うどん わかめ ほうれん草 卵 豚肉 長ねぎ さつまいも 果物
25	火	チャプチェ風 小松菜煮びたし うま煮 味噌汁 果物	春雨 人参 ビーマン 豚肉 大根 豆腐 果物
26	水	魚の蒲焼 白菜煮そぼろ煮 トマト 味噌汁 果物	魚 白菜 トマト 人参 じゃがいも わかめ 果物
27	木	ポテトオムレツ ほうれん草ソテー 人参煮 玉ねぎスープ 果物	卵 じゃがいも 豚ひき ほうれん草 卵 人参 玉ねぎ 果物
28	金	豚汁 マカロニ煮 納豆 果物	豚肉 人参 大根 白菜 キャベツ ねぎ 焼豆腐 納豆 果物
29	土	そぼろ丼 野菜サラダ 果汁	とりひき 人参 レタス きゅうり トマト 卵 果汁
31	月	野菜煮こみうどん 果物	うどん わかめ ほうれん草 大根 人参 鶏肉 卵 果物

◎米飯は離乳食の進みと月齢に合わせておかゆ、軟飯、ごはんのいずれかでお出ししています。  
◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

## 離乳食の完了と幼児



食事からほぼすべての栄養を摂ることができ、奥の歯ぐきで食べ物を噛みつぶすようになったら離乳食は卒業です。食材をもう少し大きく少しかために調理して幼児食に進みましょう。

まだ刺激が強い香辛料は控え、味つけは控えめにします。



## おねがい

食べ物によるアレルギー症状や体質的に留意が必要な場合はすぐにお知らせください。  
**食材除去食、対応食を用意します。**  
アレルギーの場合は医師の所見等も添えて詳細にお知らせください。