


日 曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			9時おやつ	日 曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			9時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 水	麦ご飯 すいか 肉じゃが 野菜の納豆和え みそ汁(なす)	二色黒糖セー スキムミルク	じゃがいも、半つき 米、黒砂糖、きんぴら ごんにやく、砂糖、押 麦、油	納豆、揚げ豆腐、牛乳 牛肉(肩)、脱脂粉乳、米 みそ(淡色辛みそ)、し らす干し、切れてるチ ーズ、いわし(煮干し)、かつ お節	すいか、たまねぎ、なす、 にんじん、もやし、にら、 いんげん、ねぎ、かんて ん(粉)	スキムミルク オレンジ 動物ビスケット	17 金	五分米 オレンジ 揚げ豆腐の和風あんかけ ピーマンの梅肉和え 夏の豚汁	抹茶ヨーグルト蒸しパン スキムミルク	半つき米、ホットケー キ粉、油、ピーマン、 砂糖、片栗粉	脱脂粉乳、鶏ひき 肉、ヨーグルト(無糖)、 豚肉、米みそ(淡色辛 みそ)、ハム	オレンジ、たまねぎ、にん じん、トマト、えのきたけ、 キャベツ、きゅうり、ごぼ う、オクラ、グリーンピース (冷凍)、うめ干し、黒きく し	スキムミルク りんご キャラメルコーン
2 木	五分米 りんご さばのカレームニエル ポテトサラダ トマトスープ	白玉入りドーナツ スキムミルク	半つき米、じゃがい も、ホットケーキ粉、 油、白玉粉、マヨネ ーズ、小麦粉、砂糖、粉 糖	さば、絹ごし豆腐、脱 脂粉乳、卵、魚肉ソー セージ、バター	りんご、きゅうり、たまね ぎ、キャベツ、ホールマ ト缶詰	スキムミルク バイン缶 えび満月	18 土	冷し中華 バナナ	バターツイスト 麦茶	干し中華めん、北海 道バターツイスト、ご ま油	ハム	バナナ、きゅうり、ミニマ ト	牛乳 もも缶 ほん和菓きなこ
3 金	五分米 オレンジ ミートローフ ズッキーニのソテー たまごスープ(キャベツ)	野菜クラッカー スキムミルク	半つき米、小麦粉、パ ン粉、オリーブ油、 油、砂糖	木綿豆腐、豚ひき 肉、卵、脱脂粉乳、 ベーコン、ごま	オレンジ、たまねぎ、ズ ッキーニ、キャベツ、にんじ ん、エリンギ、ほうれんそ う	スキムミルク りんご キャラメルコーン	19 日						
4 土	ナスのミートソーススパゲティ バナナ	カットロールケーキ 麦茶	スパゲティ、油、砂糖	合ひき肉、粉チーズ	たまねぎ、バナナ、ホ ールマト缶詰、なす、にん じん、トマトジュース缶 (食塩無添加)、にんにく	牛乳 もも缶 ほん和菓きなこ	20 月	五分米 りんご キッズピピンパ(麦ご飯) シウマイ(冷凍) 春雨スープ	二色サンドイッチ スキムミルク	半つき米、サンドイ チパン、マヨネーズ、 はるさめ、砂糖、押 麦、油、ごま油	豚ひき肉、鶏ひき肉、 卵、脱脂粉乳、ツナ 油漬缶	りんご、もやし、こまつな、 にんじん、きゅうり、葉ね ぎ、黒きくらげ、にんに く、しょうが	スキムミルク バナナ おさつどきつ
5 日							21 火	枝豆じゃこ飯 すいかゼリー ハンバーグ(トマトソース) カルピス キャベツとカニカマの和え物 コーンスープ	アイス 麦茶	半つき米、砂糖、パン 粉、油、片栗粉	合ひき肉、牛乳、カル ピス、かにかまぼこ、 卵、しらす干し	たまねぎ、アセロラ(果汁 10%飲料)、クリームコー ン缶、キャベツ、ホールマ ト缶詰、にんじん、すい か、えだまめ、コーン(冷 凍)	スキムミルク りんご セサミハーベスト
6 月	ゆかりご飯 りんご スペイン風オムレツ ブロッコリーとツナのサラダ 野菜スープ	スティックパイ スキムミルク	食パン、半つき米、 じゃがいも、マヨネ ーズ、マーガリン	卵、ベーコン、脱脂粉 乳、ツナ油漬缶、とろ けるチーズ	オレンジ、たまねぎ、ブ ロccoli、コーン(冷 凍)、トマト、キャベツ、に んじん、しめじ、ピーマン	スキムミルク バナナ おさつどきつ	22 水	五分米 メロン 野菜のオイスターソース炒め さつまいも、半つき わかめスープ	まるごとみつ豆 スキムミルク	さつまいも、半つき 米、砂糖、油	豚肉(肩)、脱脂粉乳、 卵、ごま	たまねぎ、メロン、キャベツ、みか ん缶、もも缶(黄桃)、パイナップ ル、にんじん、もも缶(蜜柑)、み かん缶(蜜柑)、こまつな、レモン 果汁、粉かんでん、カットわかめ	スキムミルク オレンジ ビスコ
7 火	五分米 オレンジ 鶏肉の塩麹から揚げ もやしのナムル みそ汁(なめこ)	お好み焼き 麦茶	半つき米、お好み焼 き粉、片栗粉、油、マ ヨネーズ、ごま油、砂 糖		オレンジ、もやし、きゅ うり、キャベツ、なめこ、ね ぎ、にんにく、しょうが、あ おのり	スキムミルク りんご セサミハーベスト	23 木	五分米 りんご 鮭の塩焼き 千切りリチ みそ汁(かぼちゃ)	バナナケーキ スキムミルク	半つき米、砂糖、押 麦	さけ、木綿豆腐、脱脂 粉乳、無塩バター、麦 みそ、卵、かまぼこ、 油揚げ	りんご、たまねぎ、にんじ ん、切り干しだいごん、パ ナナ、葉ねぎ、ほそめこ んぶ(煮物用)、カットわ かめ	スキムミルク バイン缶 おつとつと
8 水	お弁当の日 	フルーツ白玉 麦茶	砂糖	白玉粉、木綿豆腐	すいか、みかん缶、パイ ン缶、もも缶(白桃)、キウ イ	スキムミルク オレンジ ビスコ	24 金	わかめご飯 オレンジ チキンナゲット はんぺんサラダ 野菜スープ	ゆでとうもろこし スキムミルク	半つき米、片栗粉、マ ヨネーズ、油	木綿豆腐、鶏ひき 肉、脱脂粉乳、卵、は んぺん、すりごま	オレンジ、とうもろこし、た まねぎ、にんじん、きゅ うり、オクラ、ブロッコリー、 コーン(冷凍)、にんにく、 しょうが	スキムミルク りんご かつばえびせん
9 木	五分米 りんご 魚のごまみそ焼 おくらのおかか和え 鮎とえのきの澄まし汁	うどんかりんどう スキムミルク	半つき米、干しうど ん、油、砂糖、小麦 粉、焼麦、黒砂糖	たい、脱脂粉乳、米 みそ(淡色辛みそ)、 きな粉、ごま、かつお 節	りんご、キャベツ、えのき たけ、オクラ、にんじん、 葉ねぎ、カットわかめ	スキムミルク バイン缶 おつとつと	25 土	冷しうどん(オクラ・なめこ) バナナ	ヨーグルト・黒梅 麦茶	干しうどん	ヨーグルト(加糖)、し らす干し	バナナ、なめこ、だいご ん、オクラ	牛乳 もも缶 マリービスケット
10 金	五分米 オレンジ 豆腐入り鶏つくね照り焼き キャベツの昆布和え とうがんすまし汁	ピザトースト スキムミルク	半つき米、砂糖、片 栗粉、ゴマ油	木綿豆腐、鶏ひき 肉、脱脂粉乳、卵、生 クリーム、油揚げ、ご ま、しらす干し	とうがん、りんご、キャベ ツ、にんじん、たまねぎ、 ねぎ、塩こんぶ、さやえ んどう、ひじき	スキムミルク りんご かつばえびせん	26 日						
11 土	山の日						27 月	そぼろ丼(麦ご飯) もやしとニラのごまダレ みそ汁(じゃがいも) りんご	ラスク スキムミルク	半つき米、フランスパ ン、じゃがいも、砂 糖、ねりごま、押麦、 油	鶏ひき肉、卵、脱脂 粉乳、米みそ(淡色辛 みそ)、バター、凍り 豆腐	りんご、もやし、にら、に んじん、たまねぎ、しょ うが、カットわかめ	スキムミルク バナナ ミックスペジタベル
12 日							28 火	五分米 オレンジ チキン南蛮 オクラサラダ わかめスープ	きつねおにぎり 麦茶	半つき米、砂糖、小 麦粉、油	鶏もも肉(皮付き)、 卵、ツナ油漬缶、油 揚げ、牛乳、ごま	オレンジ、たまねぎ、トマ ト、ズッキーニ、コーン (冷凍)、オクラ、きゅうり、 レモン、しょうが、カットわ かめ	スキムミルク りんご 白い風船
13 月	五分米 りんご 夏野菜カレー 胡瓜とハムのドレッシング和え りんご	厚切りバウムクーヘン 麦茶	半つき米、じゃがい も、油	豚肉(もも)、ハム	りんご、たまねぎ、きゅ うり、だいごん、にんじん、ト マト、ズッキーニ、なす	スキムミルク バナナ ミックスペジタベル	29 水	五分米 ゴールドキウイ チャブチェ かぼちゃのサラダ トマトスープ(卵)	フルーツポンチ 麦茶	半つき米、じゃがい も、砂糖、はるさめ、 マヨネーズ、ごま油	牛乳、牛肉(肩)、卵、 ハム	たまねぎ、バナナ、キウイフルーツ(黄) 、トマト、かぼちゃ、もも缶(蜜柑)、パイ ン缶、みかん缶、メロン、りんご、もも缶(蜜 柑)、きゅうり、たけのこ(ゆで)、にんじ ん、赤ピーマン、ピーマン、しいたけ、レ モン果汁、粉かんでん、にんにく	スキムミルク オレンジ 動物ビスケット
14 火	五分米 クリームシチュー 和風スパゲティ-サラダ オレンジ	リッチロール 麦茶	じゃがいも、半つき 米、スパゲティ、和風 ドレッシング、油	鶏もも肉、かにかまぼ こ	オレンジ、たまねぎ、きゅ うり、にんじん、コーン(冷 凍)、いんげん	スキムミルク りんご 白い風船	30 木	五分米 りんご 魚の蒲焼き 小松菜の白和え みそ汁(冬瓜)	アメリカンドッグミニ スキムミルク	半つき米、油、砂糖、 片栗粉、きんぴらご んにやく、マヨネーズ	あじ、木綿豆腐、魚肉 ソーセージ、牛乳、脱 脂粉乳、米みそ(淡色 辛みそ)、白みそ	りんご、とうがん、なめこ、 こまつな、ねぎ、にんじ ん	スキムミルク バイン缶 えび満月
15 水	五分米 ハヤシライス マカロニサラダ バイン缶	青りんごゼリー カントリーマーム 麦茶	半つき米、マカロニ、 マヨネーズ	牛肉(もも)、卵、ハム	バイン缶、たまねぎ、きゅ うり、しめじ、にんじん	スキムミルク オレンジ 動物ビスケット	31 金	五分米 オレンジ 野菜たっぷり夏マーボー 炸三絲(バンサンスー) 中華スープ(きくらげ)	中華おこわ 麦茶	もち米、半つき米、砂 糖、はるさめ、ごま 油、片栗粉	木綿豆腐、豚ひき 肉、豚肉(もも)、卵、ハ ム、米みそ(淡色辛み そ)	オレンジ、トマト、なす、にん じん、たまねぎ、きゅうり、え のきたけ、ピーマン、たけの こ、チンゲンサイ、干しい たけ、黒きくらげ、にんにく、 しょうが	スキムミルク りんご キャラメルコーン
16 木	五分米 りんご 鶏の磯辺焼き 茄子と胡瓜の浅漬け風 みそ汁(じゃがいも)	牛乳もち 麦茶	半つき米、じゃがい も、片栗粉、砂糖、米 粉、油、ごま油	豚肉、牛乳、鶏もも 肉、米みそ(淡色辛み そ)、きな粉	りんご、なす、きゅうり、だ いごん、カットわかめ、あ おのり	スキムミルク バイン缶 えび満月	1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)		エネルギー 500 kcal たんぱく質 17.8 g 脂質 14.4 g 塩分 2.0 g	鉄 2.1 mg カルシウム 166 mg ビタミンC 29 mg 食物繊維 3.7 g			

★ だし汁は昆布といりこを使っています

★ 仕入れによって材料が異なる場合があります

8 月 離 乳 食 献 立 表

2018年

引津保育園

2018年			2018年			2018年			2018年		
日付	時間帯	離乳食 中期	離乳食 後期	日付	時間帯	離乳食 中期	離乳食 後期	日付	時間帯	離乳食 中期	離乳食 後期
01(水)	午前おやつ	オレンジ	オレンジ	13(月)	午前おやつ	バナナ	バナナ	23(木)	午前おやつ	メロン	メロン
	昼食	お粥 肉じゃが 納豆 みそ汁(なす) すいか	麦ご飯 夏野菜のそぼろ煮 野菜の納豆和え みそ汁(なす) すいか		昼食	お粥 夏野菜のそぼろ煮 胡瓜と大根の和え物 りんご	五分米 夏野菜のそぼろ煮 胡瓜と大根の和え物 りんご		昼食	お粥 蒸し鮭 切干大根煮 みそ汁(南瓜) りんご	五分米 蒸し鮭 切干大根煮 みそ汁(南瓜) りんご
	午後おやつ	黒糖ゼリー 麦茶	黒糖ゼリー 麦茶		午後おやつ	乳児用おやつ 麦茶	乳児用おやつ 麦茶		午後おやつ	卵なし米粉のバナナケーキ 麦茶	卵なし米粉のバナナケーキ 麦茶
02(木)	午前おやつ	バナナ	バナナ	14(火)	午前おやつ	りんご	りんご	24(金)	午前おやつ	りんご	りんご
	昼食	お粥 魚の煮物 粉ふき芋と胡瓜 トマトスープ りんご	五分米 白身魚のムニエル 粉ふき芋とスティック胡瓜 トマトスープ りんご		昼食	お粥 鶏と野菜の豆乳煮 和風スパゲティ-サラダ オレンジ	五分米 鶏と野菜の豆乳煮 和風スパゲティ-サラダ オレンジ		昼食	お粥 鶏団子と野菜のトマト煮 ポイルブロッコリー 野菜スープ オレンジ	五分米 鶏団子と野菜のトマト煮 ポイルブロッコリー 野菜スープ オレンジ
	午後おやつ	蒸しパン 麦茶	蒸しパン 麦茶		午後おやつ	乳児用おやつ 麦茶	乳児用おやつ 麦茶		午後おやつ	ゆでとうもろこし 麦茶	ゆでとうもろこし 麦茶
03(金)	午前おやつ	りんご	りんご	15(水)	午前おやつ	オレンジ	オレンジ	25(土)	午前おやつ	オレンジ	オレンジ
	昼食	お粥 豆腐バーグ 野菜の煮物 キャベツスープ オレンジ	五分米 ミートローフ 野菜の煮物 たまごスープ(キャベツ) オレンジ		昼食	お粥 ひき肉と野菜のトマト煮 マカロニときゅうり バナナ	五分米 ひき肉と野菜のトマト煮 マカロニときゅうり バナナ		昼食	冷しうどん(オクラ・なめこ) バナナ	冷しうどん(オクラ・なめこ) バナナ
	午後おやつ	野菜クラッカー 麦茶	野菜クラッカー 麦茶		午後おやつ	青りんごゼリー 麦茶	青りんごゼリー 麦茶		午後おやつ	バナナ	バナナ
04(土)	午前おやつ	オレンジ	オレンジ	16(木)	午前おやつ	バナナ	バナナ	27(月)	午前おやつ	バナナ	バナナ
	昼食	野菜そぼろうどん バナナ	ナスのミートソーススパゲティ- バナナ		昼食	お粥 魚の磯辺焼き 茄子と大根の煮物 みそ汁(じゃがいも) りんご	五分米 魚の磯辺焼き 茄子と大根の煮物 みそ汁(じゃがいも) りんご		昼食	そぼろ丼(お粥) もやしと人参のごま和え みそ汁(じゃがいも) りんご	そぼろ丼(麦ご飯) もやしと人参のごま和え みそ汁(じゃがいも) りんご
	午後おやつ	乳児用おやつ 麦茶	乳児用おやつ 麦茶		午後おやつ	マカロニきな粉 麦茶	マカロニきな粉 麦茶		午後おやつ	ヨーグルト 麦茶	ヨーグルト 麦茶
06(月)	午前おやつ	バナナ	バナナ	17(金)	午前おやつ	りんご	りんご	28(火)	午前おやつ	りんご	りんご
	昼食	お粥 スペイン風オムレツもどき ブロッコリーとツナの和え物 野菜スープ りんご	五分米 スペイン風オムレツもどき ブロッコリーとツナの和え物 野菜スープ りんご		昼食	お粥 揚げ豆腐の和風あんかけ ピーマン和え 夏の豚汁 オレンジ	五分米 揚げ豆腐の和風あんかけ ピーマン和え 夏の豚汁 オレンジ		昼食	お粥 鶏の煮物 オクラサラダ 若芽スープ オレンジ	五分米 鶏の煮物 オクラサラダ 若芽スープ オレンジ
	午後おやつ	人参パンケーキ 麦茶	人参パンケーキ 麦茶		午後おやつ	ヨーグルト蒸しパン 麦茶	ヨーグルト蒸しパン 麦茶		午後おやつ	豆乳パン粥 麦茶	パンとりんごジャム 麦茶
07(火)	午前おやつ	りんご	りんご	18(土)	午前おやつ	オレンジ	オレンジ	29(水)	午前おやつ	オレンジ	オレンジ
	昼食	お粥 鶏肉と野菜の塩麴煮 豆腐みそ汁 オレンジ	五分米 鶏肉と野菜の塩麴煮 豆腐みそ汁 オレンジ		昼食	冷しうどん バナナ	冷しうどん バナナ		昼食	お粥 野菜のそぼろ煮 南瓜の煮物 春雨スープ りんご	五分米 鶏の煮物 オクラサラダ 若芽スープ オレンジ
	午後おやつ	野菜お焼き 麦茶	野菜お焼き 麦茶		午後おやつ	バターツイスト 麦茶	バターツイスト 麦茶		午後おやつ	バナナ	バナナ
08(水)	午前おやつ	オレンジ	オレンジ	20(月)	午前おやつ	バナナ	バナナ	30(木)	午前おやつ	バナナ	バナナ
	昼食	お粥 魚の野菜あんかけ 炒り豆腐 かぼちゃスープ・りんご	五分米 魚の野菜あんかけ 炒り豆腐 かぼちゃスープ・りんご		昼食	お粥 野菜のそぼろ煮 南瓜の煮物 春雨スープ りんご	五分米 野菜のそぼろ煮 南瓜の煮物 春雨スープ りんご		昼食	お粥 チャブチェ風 かぼちゃとじゃが芋のマッシュ トマトスープ(卵) バナナ	五分米 チャブチェ風 かぼちゃとじゃが芋のマッシュ トマトスープ(卵) バナナ
	午後おやつ	フルーツポンチ 麦茶	フルーツポンチ 麦茶		午後おやつ	豆乳パン粥 麦茶	豆乳パン粥 麦茶		午後おやつ	フルーツポンチ 麦茶	フルーツポンチ 麦茶
09(木)	午前おやつ	バナナ	バナナ	21(火)	午前おやつ	りんご	りんご	31(金)	午前おやつ	バナナ	バナナ
	昼食	お粥 魚のごまみそ煮 おくらのおかか和え 麩とえのきの澄まし汁 りんご	五分米 魚のごまみそ煮 おくらのおかか和え 麩とえのきの澄まし汁 りんご		昼食	じゃこお粥 ハンバーグ(卵なし) キャベツの和え物 コーンスープ オレンジ	じゃこ飯 ハンバーグ(卵なし) キャベツの和え物 コーンスープ オレンジ		昼食	お粥 魚の煮物 小松菜の白和え 冬瓜のみそ汁 りんご	五分米 魚の煮物 小松菜の白和え 冬瓜のみそ汁 りんご
	午後おやつ	うどんきなこ 麦茶	うどんきなこ 麦茶		午後おやつ	すいかゼリー 麦茶	すいかゼリー 麦茶		午後おやつ	豆乳パンケーキ 麦茶	豆乳パンケーキ 麦茶
10(金)	午前おやつ	りんご	りんご	22(水)	午前おやつ	オレンジ	オレンジ		午前おやつ	りんご	りんご
	昼食	お粥 豆腐入り鶏つくね キャベツのしらす和え とうがんすまし汁 オレンジ	五分米 豆腐入り鶏つくね キャベツのしらす和え とうがんすまし汁 オレンジ		昼食	お粥 野菜の炒め煮 さつま芋のレモン煮 わかめスープ メロン	五分米 野菜の炒め煮 さつま芋のレモン煮 わかめスープ メロン		昼食	お粥 野菜たっぷり夏マーボー 春雨と胡瓜の和え物 中華スープ オレンジ	五分米 野菜たっぷり夏マーボー 春雨と胡瓜の和え物 中華スープ オレンジ
	午後おやつ	豆乳パン粥 麦茶	豆乳パン粥 麦茶		午後おやつ	バナナ	バナナ		午後おやつ	夕やけ粥 麦茶	夕やけ飯 麦茶

※初期に該当するお子さんがいませんので割愛させていただきます。