



2024年 8月 離乳食献立表 (後期食)



線馬和光保育園

日付	献立	3時おやつ	材 料 名			
			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	調味料
木 1 月 26	五倍粥 玉ねぎの味噌汁 豆腐の野菜あんかけ	手づかみスティックパン キャベツと人参のスープ 鶏肉とにんじんのトマト煮	○食パン、米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	木綿豆腐、○鶏ひき肉、淡色みそ、いわし(煮干し)	○にんじん、たまねぎ、○キャベツ、キャベツ、にんじん、○たまねぎ、こんぶ(だし用)	○ケチャップ、○しょうゆ、しょうゆ
金 2 月 30	手づかみスティックパン 野菜スープ じゃが芋と鶏肉の煮物	五倍粥 ほうれん草の味噌汁 ツナと野菜のどろ煮	食パン、○米、じゃがいも、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	鶏ひき肉、○ツナ水煮缶、○淡色みそ	にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、○ほうれん草、○にんじん、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ
土 3	そうめんのどろ煮 オニオンスープ ブロッコリーとツナのどろ煮	五倍粥 かぶとのツナの煮物 バナナ	○米、干しそうめん、○片栗粉、片栗粉、砂糖	○ツナ水煮缶、ツナ水煮缶、淡色みそ	にんじん、たまねぎ、ブロッコリー、○バナナ、○にんじん、○かぶ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
月 5 月 19	五倍粥 かぶのすまし汁 鶏肉の甘味噌煮	野菜とツナのにゅうめん かぶと人参の煮物 バナナ	米、○干しそうめん、○片栗粉、片栗粉、砂糖	鶏ひき肉、○ツナ水煮缶、淡色みそ、花かつお	○にんじん、○たまねぎ、ねぎ、○かぶ、かぶ、○バナナ、にんじん、たまねぎ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
火 6 月 20	五倍粥 野菜と鶏そぼろあんかけ ヨーグルト	手づかみスティックパン 野菜スープ 白菜とツナのだし煮	○食パン、米、○片栗粉、片栗粉、砂糖	ヨーグルト、鶏ひき肉、○ツナ水煮缶	○はくさい、○にんじん、たまねぎ、にんじん	○しょうゆ、しょうゆ
水 7 月 21	五倍粥 小松菜の味噌汁 鮭とキャベツのどろ煮	にゅうめん かぼちゃの煮物 オレンジ	○干しそうめん、米、片栗粉、砂糖、○砂糖	さけ、○淡色みそ、淡色みそ、いわし(煮干し)	たまねぎ、○たまねぎ、○にんじん、こまつな、○かぼちゃ、○オレンジ、キャベツ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
木 8 月 22	味噌うどん 玉ねぎとツナのだし煮 バナナ	五倍粥 ねぎと人参のスープ ほうれん草とツナのどろ煮	干しうどん、○米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	○ツナ水煮缶、ツナ水煮缶、淡色みそ	にんじん、○ほうれん草、○ねぎ、ねぎ、○にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、バナナ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
金 9 月 23	手づかみスティックパン キャベツスープ 鶏肉とにんじんのトマト煮	野菜とツナのそうめん かぼちゃの甘煮 ヨーグルト	食パン、○干しそうめん、片栗粉、砂糖、○砂糖	○ヨーグルト、鶏ひき肉、○ツナ水煮缶	にんじん、○たまねぎ、キャベツ、○かぼちゃ、○にんじん、たまねぎ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、ケチャップ、しょうゆ
土 10 月 24	五倍粥 白菜と人参スープ しらすとキャベツの出汁煮	うどんのどろ煮 じゃがいもの煮物 バナナ	○干しうどん、米、○じゃがいも、○片栗粉、片栗粉、砂糖	しらす干し、○淡色みそ	にんじん、○にんじん、はくさい、キャベツ、○バナナ、○たまねぎ、○キャベツ、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ
火 13 月 27	にゅうめん 玉ねぎとキャベツのどろ煮 ヨーグルト	煮込みうどん さつまいもの甘煮 バナナ	干しそうめん、○干しうどん、○さつまいも、片栗粉、○砂糖、砂糖	ヨーグルト、○淡色みそ、淡色みそ	○たまねぎ、たまねぎ、キャベツ、○バナナ、だいこん、○キャベツ	○しょうゆ、しょうゆ
水 14 月 28	五倍粥 ねぎのすまし汁 肉じゃが	手づかみスティックパン じゃが芋とツナのどろ煮 オレンジ	○食パン、米、○じゃがいも、じゃがいも、○片栗粉、片栗粉、○砂糖	○ツナ水煮缶、ツナ水煮缶、花かつお	にんじん、ねぎ、○オレンジ、○たまねぎ、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ
木 15 月 29	五倍粥 大豆とじゃがいもの煮物 バナナ	そうめんのどろ煮 野菜スープ ほうれん草とツナのどろ煮	米、○干しそうめん、じゃがいも、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	大豆(ゆで)、○ツナ水煮缶、○淡色みそ	○ほうれん草、○にんじん、○たまねぎ、バナナ、にんじん	○しょうゆ、しょうゆ
金 16 月 B.D	五倍粥 玉ねぎと人参スープ 鮭と野菜のだし煮	洋風トマトうどん 玉ねぎとキャベツの出汁煮 ヨーグルト	○干しうどん、米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	○ヨーグルト、さけ	たまねぎ、○にんじん、○たまねぎ、にんじん、○キャベツ、キャベツ、こんぶ(だし用)	○ケチャップ、しょうゆ、○しょうゆ
土 17 月 31	五倍粥 大根のすまし汁 人参と鶏肉のあんかけ	野菜とツナのにゅうめん 大根と人参の煮物 バナナ	米、○干しそうめん、○片栗粉、片栗粉、砂糖	鶏ひき肉、○ツナ水煮缶、花かつお	○にんじん、ねぎ、にんじん、たまねぎ、だいこん、○バナナ、○だいこん、○キャベツ、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ

※和光保育園ではサイクル献立(練馬区立公園も同様)を用いて園児に対し、食事の提供を行っています
 ※食事のあとには育児用ミルクが午前・午後食後に個別に応じて出ます
 ※その他、何かありましたら栄養士にご相談下さい
 ※納品トラブルや事故防止のために予告なく献立が変更になることがあります
 ※食べずすみが悪い食材、アレルギーの疑いがありそうな食材など困っていることがあれば栄養士にご相談ください

