



2025年 8月 離乳食献立表 (後期食)



練馬和光保育園

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
金 1	五倍粥 大根のすまし汁 鶏肉の甘味噌煮	手づかみスティックパン ツナと大根の出汁煮 バナナ	食パン、米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	鶏ひき肉、○ツナ水煮缶、花かつお、淡色みそ	ねぎ、にんじん、たまねぎ、○だいこん、だいこん、○パナナ、○にんじん、○たまねぎ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
土 2	洋風トマトうどん かぶと玉ねぎの旨煮 ヨーグルト	キャベツそうめん ブロッコリーとツナの煮 バナナ	○干しとうめん、干しうどん、○片栗粉、片栗粉、砂糖、砂糖	ヨーグルト、○ツナ水煮缶	○たまねぎ、たまねぎ、○ブロッコリー、○キャベツ、キャベツ、かぶ、○パナナ、こんぶ(だし用)	ケチャップ、○しょうゆ、しょうゆ
月 4 18	五倍粥 白菜と玉ねぎスープ 鮭の煮つけ	野菜とツナのゆめん 人参と玉ねぎの出汁煮 バナナ	○干しとうめん、米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	○ツナ水煮缶、さけ	○たまねぎ、たまねぎ、はくさい、○にんじん、にんじん、○キャベツ、○パナナ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
火 5 19	ねぎそうめん ツナと玉ねぎの旨煮 バナナ	煮込みうどん 人参とツナの煮物 オレンジ	○干しうどん、干しとうめん、○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、ねぎ、にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、○キャベツ、キャベツ、パナナ、○ねぎ、○オレンジ、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ
水 6 20	手づかみスティックパン キャベツスープ 人参と鶏肉のあんかけ	五倍粥 小松菜の味噌汁 玉ねぎとキャベツの出汁煮	食パン、○米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	鶏ひき肉、○ツナ水煮缶、○淡色みそ	たまねぎ、○にんじん、にんじん、○たまねぎ、○こまつな、○キャベツ、キャベツ、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ
木 7 25	五倍粥 オニオンスープ さつま芋と鶏そぼろあんかけ	にゅうめん 豆腐と玉ねぎの煮物 バナナ	○干しとうめん、米、さつまいも、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	○木綿豆腐、鶏ひき肉、○淡色みそ	にんじん、○にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、○キャベツ、○パナナ、○ねぎ、ねぎ、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ
金 8 生命の日 22	五倍粥 豆腐の味噌汁 人参と玉ねぎの旨煮	味噌うどん ほうれん草とツナの出汁煮 バナナ	○干しうどん、米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	木綿豆腐、○ツナ水煮缶、○淡色みそ、いわし(煮干し)	○にんじん、にんじん、○ほうれん草、ほうれん草、たまねぎ、○パナナ、○たまねぎ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
土 9 23	五倍粥 キャベツと玉ねぎの煮 ヨーグルト	手づかみスティックパン 野菜の煮物 バナナ	食パン、米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	ヨーグルト、○ツナ水煮缶	○にんじん、にんじん、たまねぎ、○キャベツ、キャベツ、○パナナ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
火 12 26	手づかみスティックパン かぶと玉ねぎスープ 野菜と鶏そぼろあんかけ	五倍粥 玉ねぎの味噌汁 かぶとツナの旨煮	食パン、○米、○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、にんじん、○たまねぎ、○かぶ、かぶ、キャベツ、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ
水 13 27	五倍粥 キャベツと人参の味噌汁 豆腐と大根の煮物	ツナとキャベツのそうめん 人参と大根の出汁煮 バナナ	○干しとうめん、米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	木綿豆腐、○ツナ水煮缶、淡色みそ、いわし(煮干し)	にんじん、○にんじん、○だいこん、だいこん、○キャベツ、キャベツ、○パナナ、○たまねぎ、たまねぎ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
木 14 28	五倍粥 小松菜と玉ねぎスープ ツナとじゃが芋の煮	煮うどん 野菜とツナの旨煮 バナナ	○干しうどん、米、○じゃがいも、じゃがいも、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	○ツナ水煮缶、ツナ水煮缶	○たまねぎ、○にんじん、にんじん、たまねぎ、こまつな、○パナナ	○しょうゆ、しょうゆ
金 15 29	五倍粥 ねぎのすまし汁 人参とツナのあんかけ	手づかみスティックパン じゃが芋の煮物 オレンジ	食パン、米、○じゃがいも、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	○ツナ水煮缶、ツナ水煮缶、花かつお	ブロッコリー、ねぎ、○にんじん、にんじん、たまねぎ、○オレンジ、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ
土 16 30	キャベツうどん 大根と玉ねぎの出汁煮 ヨーグルト	五倍粥 キャベツと大根の煮 バナナ	干しうどん、○米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	ヨーグルト、○ツナ水煮缶	にんじん、たまねぎ、○だいこん、だいこん、○キャベツ、キャベツ、○パナナ、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ
木 21 B.D	五倍粥 人参と玉ねぎスープ 鮭と野菜の煮	野菜そうめん かぼちゃの甘煮 ヨーグルト	米、○干しとうめん、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	○ヨーグルト、さけ	にんじん、キャベツ、○にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、○キャベツ、○かぼちゃ、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(練馬区公立園も同様)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
 ※保育園ではこんぶ・野菜・煮干し・かつお などメニューや使用できる月齢によって出汁を変えています
 ※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る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

園長印	栄養士印

