



令和3年8月離乳食献立表



志木市立保育園

日付	曜日	献立名			主な食品群			
		午前おやつ	午前食	午後食	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	
2	16	月	ヨーグルト	軟飯 そぼろ煮 浅漬け みそ汁	鶏肉粥 キャベツの洋風煮 みかん缶	ヨーグルト, とりひき肉, 豆腐, かつお節, みそ	油, 砂糖, 胚芽米	たまねぎ, ピーマン, きゅうり, キャベツ, 根深ねぎ, みかん缶
3	17	火	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 スタミナ焼き キャベツのごま酢和え みそ汁	ツナピラフ スティックチーズ 麦茶	ミルク, ぶたひき肉, かつお節, ツナ缶, チーズ, みそ	胚芽米, 油, ごま, 砂糖, バター	にんじん, たまねぎ, もやし, しょうが, キャベツ, だいこん, えのきたけ, 根深ねぎ
4	18	水	りんご果汁	軟飯 なすカレー キャベツサラダ 麦茶	オニオンリゾット なすのやわらか煮 ヨーグルト	ぶたひき肉, ミルク, ヨーグルト	胚芽米, 油, 砂糖	りんご果汁, なす, たまねぎ, にんじん, ピーマン, にんにく, キャベツ, きゅうり
5	19	木	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 鶏そぼろ 納豆和え みそ汁	おかか粥 キャベツスープ 白桃缶	ミルク, とりひき肉, 納豆, かつお節, チーズ, みそ	胚芽米, 片栗粉, 油, 砂糖, ごま	しょうが, 根深ねぎ, もやし, オクラ, はくさい, えのきたけ, キャベツ, もも缶
6	20	金	ミルクまたはフォローアップミルク	食パン 鶏挽肉のマーレード煮 コールスローサラダ 野菜スープ	チキンリゾット キャベツたくたく煮 すいか	とりひき肉	食パン, 油, 砂糖, じゃがいも, 胚芽米	キャベツ, にんじん, たまねぎ, すいか
7	21	土	バナナ	にゅうめん スティックチーズ 麦茶	食パン ツナトマトスープ ヨーグルト	ぶたひき肉, かつお節, チーズ, ツナ缶, ヨーグルト	そうめん, 砂糖, 食パン	バナナ, きゅうり, トマト, たまねぎ
	23	月	ヨーグルト	軟飯 ほっけフレーク 白菜の塩昆布和え みそ汁	しらす粥 豆腐ステーキ バナナ	ヨーグルト, ほっけ, 塩昆布, かつお節, しらす干し, 豆腐, みそ	胚芽米	はくさい, きゅうり, たまねぎ, なす, 根深ねぎ, バナナ
10	24	火	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 なすとピーマンの味噌炒め キャベツとわかめの酢の物 卵トマトスープ	中華風挽肉粥 キャベツスープ デラウェア	ミルク, ぶたひき肉, 卵, みそ	胚芽米, 砂糖	なす, ピーマン, たまねぎ, にんじん, キャベツ, わかめ, トマト
11	25	水	りんご果汁	軟飯 豆腐のそぼろとじ 小松菜のツナ和え すまし汁	人参粥 挽肉とじゃがいものスープ煮 ヨーグルト	豆腐, ぶたひき肉, ツナ缶, かつお節, ヨーグルト	胚芽米, 片栗粉, マヨネーズ, じゃがいも	りんご果汁, たまねぎ, こまつな, にんじん, 根深ねぎ
12	26	木	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 豚挽肉のケチャップ煮 レーズンサラダ みそ汁	ツナリゾット 肉野菜スープ みかん缶	ミルク, ぶたひき肉, かつお節, ツナ缶, みそ	胚芽米, 油, 砂糖	たまねぎ, にんじん, きゅうり, キャベツ, 干しぶどう, かぼちゃ, 根深ねぎ, みかん缶
13	27	金	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 豆腐の煮物 胡瓜とみかんの甘酢和え すまし汁	ケチャップライス 豆腐スープ スティックチーズ	ミルク, 豆腐, とりひき肉, かつお節, チーズ	胚芽米, 砂糖, 片栗粉, 焼きふ	にんじん, グリンピース水 煮缶, きゅうり, みかん缶, えのきたけ, 根深ねぎ, たまねぎ
14	28	土	バナナ	焼きそば トマト 麦茶	食パン 挽肉とトマトスープ 白桃缶	ぶたひき肉, あおのり	中華めん, 油, 食パン	バナナ, たまねぎ, にんじん, もやし, キャベツ, トマト, もも缶
	30	月	ヨーグルト	軟飯 鮭フレーク もやしサラダ みそ汁	しらす粥 かぼちゃマッシュ みかん缶	ヨーグルト, 塩ざけ, かつお節, しらす干し	胚芽米, 砂糖, 油, バター	もやし, きゅうり, にんじん, たまねぎ, わかめ, 根深ねぎ, かぼちゃ, みかん缶
	31	火	ミルクまたはフォローアップミルク	しらすと人参の軟飯 ほうれん草のサラダ けんちん汁	冷やしうどん トマト	ミルク, しらす干し, 豆腐, かつお節, のり	胚芽米, マヨネーズ, 油, 干しうどん	にんじん, ほうれん草, だいこん, 根深ねぎ, オクラ, トマト

◇都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。