



令和8年8月分離乳食献立表



いろは保育園

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
1	15	土	バナナ	スパゲティナポリタン 胡瓜のやわらか煮 麦茶	おかか粥 挽肉スープ ヨーグルト	ぶた肉,かつお節,ヨーグルト	スパゲッティ,油,胚芽米	バナナ,たまねぎ,ピーマン,マッシュルーム,きゅうり
3	17	月	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 豆腐とひじきの含め煮 胡瓜のサラダ みそ汁	食パン かぼちゃのやわらか煮 豆腐スープ	豆腐,ツナ缶,かつお節,みそ	胚芽米,油,砂糖,片栗粉,食パン	ひじき,にんじん,干しいたけ,切干しだいこん,きゅうり,かぼちゃ,たまねぎ,ねぎ
4	26	火・水	4日りんご果汁 26日ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 煮魚 納豆和え みそ汁	磯粥 じゃがいものスープ 4日 ヨーグルト 26日みかん缶	かれい,納豆,かつお節,みそ,のり 4日 ヨーグルト	胚芽米,片栗粉,油,砂糖,じゃがいも	りんご果汁,ねぎ,もやし,オクラ,えのき 26日みかん缶
5	19	水	ミルクまたはフォローアップミルク	カレーうどん ほうれん草のおかか和え トマト	オニオンリゾット ほうれん草ソテー すいか	ぶた肉,かつお節	干しうどん,砂糖,片栗粉,胚芽米,油	たまねぎ,にんじん,こまつな,ほうれんそう,もやし,トマト,すいか
6	20	木	ヨーグルト	食パン 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜のツナ和え 野菜スープ	人参粥 小松菜の煮物 みそ汁	ヨーグルト,とり肉,ツナ缶,かつお節,みそ	食パン,油,じゃがいも,胚芽米	こまつな,にんじん,たまねぎ
7	21	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	豆腐おじや 人参スープ 胡瓜のもみ漬け	豆腐,とり肉,かつお節	胚芽米,砂糖,片栗粉,焼きふ	にんじん,きゅうり,みかん缶,えのき,ねぎ
8	22	土	バナナ	にゅうめん トマト 麦茶	ゆかり粥 ほうれん草のみそ汁 ヨーグルト	とり肉,かつお節,ヨーグルト,みそ	そうめん,胚芽米	バナナ,にんじん,ほうれんそう,ねぎ,トマト
10	24	月	りんご果汁	軟飯 肉そぼろ もやしのサラダ みそ汁	ツナリゾット 胡瓜のやわらか煮 野菜スープ	ぶた肉,とり肉,かつお節,牛乳,ツナ缶,わかめ,みそ	胚芽米,砂糖,片栗粉,油	りんご果汁,たまねぎ,しょうが,ほうれんそう,だいこん,えのき,ねぎ,白桃缶 18日 りんご果汁
	25	火	グレープゼリー	軟飯 かれいの塩焼き キャベツと胡瓜の塩昆布和え みそ汁	野菜リゾット なすやわらか煮 スティックチーズ	かれい,塩昆布,かつお節,チーズ,ぶた肉,みそ	胚芽米,砂糖	キャベツ,きゅうり,たまねぎ,なす,ねぎ
12	18	水・火	12日ミルクまたはフォローアップミルク 18日りんご果汁	軟飯 スタミナ焼き ほうれん草の和え物 みそ汁	豚挽肉リゾット 大根くたくた煮 白桃缶	ぶた肉,かつお節,みそ	胚芽米,油,砂糖	にんじん,たまねぎ,しょうが,ほうれんそう,だいこん,えのき,ねぎ,白桃缶 18日 りんご果汁
13	27	木	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 なすとピーマンのみそ炒め キャベツとわかめの酢の物 卵トマトスープ	冷やしうどん ヨーグルト	ぶた肉,卵,のり,かつお節,ヨーグルト,わかめ,みそ	胚芽米,油,砂糖,干しうどん	なす,ピーマン,たまねぎ,にんじん,キャベツ,トマト,オクラ
14	28	金	ヨーグルト	軟飯 茄子ミルクカレー 胡瓜と人参のサラダ 麦茶	人参粥 なすと麴の煮浸し 玉葱スープ	ヨーグルト,ぶた肉,ミルク,かつお節	胚芽米,油,砂糖,焼きふ	なす,たまねぎ,にんじん,ピーマン,にんにく,きゅうり
	29	土	バナナ	焼きそば 胡瓜のやわらか煮 麦茶	のり粥 キャベツのスープ煮 麦茶	ぶた肉,あおのり,のり	中華めん,油,胚芽米	バナナ,たまねぎ,にんじん,もやし,キャベツ,きゅうり
	31	月	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 豆腐のそぼろとじ コールスロー すまし汁	ピーマン粥 キャベツのソテー 豆腐スープ	豆腐,ぶた肉,かつお節	胚芽米,油,片栗粉,砂糖,焼きふ	たまねぎ,キャベツ,にんじん,ねぎ,ピーマン

◆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。