



# 2024年8月 離乳食献立表



大宮みちのこ保育園

	完了食	後期食	中期食	初期食
1日	昼食 軟飯 鶏肉となすの甘酢あえ(鶏もも・ピーマン・なす) ツナサラダ(大根・きゅうり・人参) とうふのみそ汁(ねぎ・わかめ)	全粥 豚ひき肉の炒め煮(玉ねぎ・なす) 大根の軟煮(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(玉ねぎ・なす) 大根の軟煮(きゅうり・人参・ツナ) スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥 かれないのとろとろ煮(玉ねぎ) 大根の軟煮(きゅうり・人参)
	午後 お好み焼き(豚ひき・キャベツ・ねぎ) 牛乳	おやき(キャベツ・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・大根)	パン粥 スープ(玉ねぎ・大根)	パン粥 スープ(玉ねぎ・大根)
2日	昼食 軟飯(にんじん) 厚揚げのみそ炒め(豚ひき・玉ねぎ・人参・ねぎ・ピーマン) ささみの中華サラダ(キャベツ・きゅうり) すまし汁(麩・ほうれん草・えのき)	全粥(人参) とうふの炒め煮(豚ひき・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(麩・ほうれん草)	7倍粥 とうふのとろとろ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(麩・ほうれん草)	10倍粥 とうふのとろとろ煮(かれない・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(麩・ほうれん草)
	午後 オレンジケーキ 牛乳	ホットケーキ スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
3日	昼食 カレーライス(豚肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参) コンソメスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) オレンジ	全粥 豚ひき肉の煮物(じゃがいも・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) パナナ	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(じゃがいも・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) パナナ	10倍粥 かれないのとろとろ煮(じゃがいも・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) パナナ
	午後 クラッカーサンド(いちごジャム) 牛乳	トースト スープ(玉ねぎ・キャベツ)	パン粥 スープ(玉ねぎ・キャベツ)	パン粥 スープ(玉ねぎ・キャベツ)
5日	昼食 軟飯 豚肉と野菜の炒め物(キャベツ・玉ねぎ・人参・ピーマン) 春雨の酢の物(きゅうり・人参・コーン) わかめスープ(チンゲン菜・人参)	全粥 豚ひきと野菜の炒め煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(にんじん・きゅうり・大根) スープ(チンゲン菜・人参)	7倍粥 鶏ひきと野菜のとろとろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(にんじん・きゅうり・大根) スープ(チンゲン菜・人参)	10倍粥 かれないと野菜のとろとろ煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(にんじん・きゅうり・大根) スープ(チンゲン菜・人参)
	午後 おにぎり(さけ)(軟飯) 牛乳	全粥 スープ(大根・人参)	7倍粥 スープ(大根・人参)	10倍粥 スープ(大根・人参)
6日	昼食 軟飯 鶏肉のごまみそ焼き パスタサラダ(きゅうり・キャベツ・人参・トマト) きのこスープ(えのき・しめじ・玉ねぎ・人参)	全粥 鶏肉の照り焼き パスタサラダ煮(きゅうり・キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥 かれないのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後 チーズちぢみ(豚ひき・にら・人参・玉ねぎ) 牛乳	おやき(豚ひき・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)	パン粥 スープ(キャベツ・玉ねぎ)	パン粥 スープ(キャベツ・玉ねぎ)
7日	昼食 軟飯 揚げ豆腐(鶏ひき肉・卵・ひじき・しいたけ・人参・さやえんどう) 切干大根のサラダ(きゅうり・人参・ちくわ) みそ汁(玉ねぎ・小松菜・人参)	全粥 揚げ豆腐(鶏ひき肉・卵・ひじき・人参) 大根のサラダ(きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・小松菜・人参)	7倍粥 豆腐と野菜の軟煮(鶏ひき肉・人参) 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・小松菜・人参)	10倍粥 豆腐と野菜の軟煮(かれない・人参) 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・小松菜・人参)
	午後 レモンケーキ 牛乳	トースト スープ(人参・大根)	パン粥 スープ(人参・大根)	パン粥 スープ(人参・大根)
8日	昼食 軟飯 さばのおろし焼き(大根) 田舎煮(鶏もも・大根・れんこん・ごぼう・人参・じゃがいも) すまし汁(なす・人参・えのき)	全粥 かれないの照り焼き 野菜の軟煮(大根・人参・じゃがいも) スープ(なす・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・人参・じゃがいも) スープ(なす・人参)	10倍粥 かれないのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・人参・じゃがいも) スープ(人参)
	午後 ホットケーキ(マヨ&チーズ) 牛乳	ホットケーキ スープ(じゃがいも・人参)	パン粥 スープ(じゃがいも・人参)	パン粥 スープ(じゃがいも・人参)
9日	昼食 軟飯 豚肉の生姜焼き(玉ねぎ) キャベツのサラダ(きゅうり・人参・ツナ) 豆腐のすまし汁(チンゲン菜・えのき)	全粥 豚ひき肉の軟煮(玉ねぎ) キャベツの軟煮(きゅうり・人参・ツナ) スープ(豆腐・チンゲン菜)	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮(玉ねぎ) キャベツの軟煮(きゅうり・人参・ツナ) スープ(豆腐・チンゲン菜)	10倍粥 かれないの軟煮(玉ねぎ) キャベツの軟煮(きゅうり・人参) スープ(豆腐・チンゲン菜)
	午後 りんごゼリー・クラッカー 牛乳	トースト スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
10日	昼食 照り焼き丼(軟飯)(鶏もも・やし・キャベツ・人参・玉ねぎ) みそ汁(玉ねぎ・人参・わかめ) バナナ	全粥 野菜の軟煮(豚ひき肉・キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	7倍粥 野菜の軟煮(鶏ひき肉・キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	10倍粥 かれないの照り焼き 野菜の軟煮(かれない・キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ
	午後 おにぎり(チーズおかか)(軟飯) 牛乳	全粥 スープ(玉ねぎ・キャベツ)	パン粥 スープ(玉ねぎ・キャベツ)	パン粥 スープ(玉ねぎ・キャベツ)
13日	昼食 軟飯 豚肉の甘みそ丼(玉ねぎ・チンゲン菜・ピーマン) すまし汁(麩・えのき・ねぎ)	全粥 豚ひき肉の炒め煮(玉ねぎ・チンゲン菜) スープ(人参・麩)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(玉ねぎ・チンゲン菜) スープ(人参・麩)	10倍粥 かれないのとろとろ煮(玉ねぎ・チンゲン菜) スープ(人参・麩)
	午後 おはぎ(きなこ)(軟飯) 牛乳	全粥 スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 スープ(人参・玉ねぎ)	10倍粥 スープ(人参・玉ねぎ)
14日	昼食 カレーライス(軟飯)(豚肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ) マカロニサラダ(きゅうり・人参・玉ねぎ)	全粥 肉じゃが(豚ひき肉・人参・じゃがいも・玉ねぎ) マカロニサラダ煮(きゅうり・人参・玉ねぎ)	7倍粥 野菜のとろとろ煮(鶏ひき肉・人参・じゃがいも・玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ)	10倍粥 野菜のとろとろ煮(かれない・人参・じゃがいも・玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ)
	午後 フルーチェ(いちご) 麦茶	トースト スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
15日	昼食 チャーハン(豚ひき・玉ねぎ・人参・ピーマン) スープ(人参・玉ねぎ・コーン)	全粥(人参) 豚ひきと野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥(人参) 鶏ひきと野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(人参・玉ねぎ)	10倍粥(人参) かれないと野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(人参・玉ねぎ)
	午後 パイナップルケーキ 牛乳	トースト スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
16日	昼食 ツナのとろとろクリームスパゲティ(玉ねぎ・ツナ・ホールトマト) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・人参)	やわらかトマトスパゲティ(玉ねぎ・ツナ・トマト) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・人参)	やわらかトマトスパゲティ(玉ねぎ・ツナ・トマト) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・人参)	とろとろトマトうどん(玉ねぎ・トマト) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・人参)
	午後 おにぎり(菜飯)(軟飯) 牛乳	全粥 スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥 スープ(小松菜・人参)

	完了食	後期食	中期食	初期食
17日	昼食 野菜そば(軟飯)(豚ひき肉・キャベツ・小松菜・玉ねぎ・人参) みそ汁(豆腐・大根・油揚げ)	全粥 野菜のそば煮(豚ひき肉・キャベツ・小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(豆腐・大根)	7倍粥 野菜のそば煮(鶏ひき肉・キャベツ・小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(豆腐・大根)	10倍粥 野菜のそば煮(かれない・キャベツ・小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(豆腐・大根)
	午後 おにぎり(ゆかり)(軟飯) 牛乳	全粥 スープ(人参・キャベツ)	7倍粥 スープ(人参・キャベツ)	10倍粥 スープ(人参・キャベツ)
19日	昼食 わかめ御飯(軟飯) 鮭のチーズ焼き 春雨サラダ(きゅうり・人参・コーン) 豆腐のみそ汁(油揚げ・ねぎ・わかめ)	全粥 鮭のとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参・キャベツ)	7倍粥 鮭のとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参・キャベツ)	10倍粥 かれないのとろとろ煮 野菜の軟煮(きゅうり・人参・キャベツ)
	午後 ホットケーキ 牛乳	ホットケーキ スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
20日	昼食 軟飯 豚肉のみそ焼き(玉ねぎ) せん野菜サラダ(きゅうり・お・大根・人参) おくらスープ(玉ねぎ・人参・ねぎ)	全粥 豚ひき肉の野菜煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉の野菜煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥 かれないの野菜煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・大根・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後 うどん(ねぎ) 牛乳	やわらかうどん(キャベツ・玉ねぎ)	やわらかうどん(キャベツ・玉ねぎ)	とろとろうどん(キャベツ・玉ねぎ)
21日	昼食 冷やし中華(卵・鶏ささみ・きゅうり) かぼちゃのそぼろあんかけ(鶏ひき肉) バナナ	やわらかうどん(鶏ひき肉・人参・玉ねぎ) かぼちゃの軟煮 バナナ	やわらかうどん(鶏ひき肉・人参・玉ねぎ) かぼちゃの軟煮 バナナ	とろとろうどん(かれない・人参・玉ねぎ) かぼちゃの軟煮 バナナ
	午後 おにぎり(ツナ)(軟飯) 牛乳	全粥 スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥 スープ(玉ねぎ・人参)
22日	昼食 軟飯 松風焼き(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜炒め(キャベツ・もやし・人参・ピーマン) みそ汁(なす・玉ねぎ・油揚げ)	全粥 松風焼き(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(なす・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(なす・玉ねぎ)	10倍粥 かれないのとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ)
	午後 にんじんケーキ 牛乳	ホットケーキ スープ(キャベツ・玉ねぎ)	パン粥 スープ(キャベツ・玉ねぎ)	パン粥 スープ(キャベツ・玉ねぎ)
23日	昼食 軟飯 大根と豚肉のしょうゆ煮(人参・こんにゃく・チンゲン菜) おくらとツナとえ(キャベツ・人参) みそ汁(玉ねぎ・人参・わかめ・油揚げ)	全粥 大根と豚肉の軟煮(豚ひき肉・人参・チンゲン菜) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 大根と豚肉の軟煮(鶏ひき肉・人参・チンゲン菜) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥 大根とかれないのとろとろ煮(人参・チンゲン菜) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後 ホットケーキ 牛乳	ホットケーキ スープ(人参・チンゲン菜)	パン粥 スープ(人参・チンゲン菜)	パン粥 スープ(人参・チンゲン菜)
24日	昼食 焼きそば(豚肉・もやし・キャベツ・玉ねぎ・人参) 野菜スープ(人参・しいたけ・小松菜) バナナ	やわらか焼きそば(豚ひき・キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(人参・小松菜) バナナ	やわらか焼きそば(豚ひき・キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(人参・小松菜) バナナ	とろとろうどん(かれない・キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ(人参・小松菜) バナナ
	午後 おにぎり(塩こんぶ)(軟飯) 牛乳	全粥 スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 スープ(人参・玉ねぎ)	10倍粥 スープ(人参・玉ねぎ)
26日	昼食 軟飯 豚肉と切干大根のスタミナ炒め(人参・玉ねぎ・にら・コーン) シルバースラダ(春雨・きゅうり・人参・大根) みそ汁(もやし・人参・わかめ)	全粥 豚ひき肉と野菜の炒め煮(人参・玉ねぎ) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) スープ(人参・大根)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ゆで大豆・大根・人参) スープ(人参・大根)	10倍粥 かれないのとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ゆで大豆・大根・人参) スープ(人参・大根)
	午後 ふろふき 牛乳	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
27日	昼食 軟飯 さばの竜田揚げ 五目煮豆(ゆで大豆・大根・人参・ごぼう・こんにゃく・いんげん) みそ汁(小松菜・えのき・ねぎ)	全粥 かれないの照り焼き 野菜の軟煮(ゆで大豆・大根・人参) スープ(小松菜・にんじん)	7倍粥 かれないのとろとろ煮 野菜の軟煮(ゆで大豆・大根・人参) スープ(小松菜・にんじん)	10倍粥 かれないのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(小松菜・にんじん)
	午後 ホットケーキ 牛乳	ホットケーキ スープ(人参・大根)	パン粥 スープ(人参・大根)	パン粥 スープ(人参・大根)
28日	昼食 軟飯 つくねの磯部焼き(豆腐・玉ねぎ・のり) ひじきと大豆のサラダ(ゆで大豆・大根・きゅうり・人参) とうがんスープ(チンゲン菜・しいたけ)	全粥 つくねのあんかけ(鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ゆで大豆・大根・人参・きゅうり) スープ(とうがん・チンゲン菜)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ゆで大豆・大根・人参・きゅうり) スープ(チンゲン菜)	10倍粥 かれないのとろとろ煮(豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(大根・人参・きゅうり) スープ(チンゲン菜)
	午後 ケーキ(プレーン) 牛乳	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
29日	昼食 軟飯 野菜マーボー豆腐(豚ひき肉・玉ねぎ・なす・ピーマン) ほうれん草のナムル(もやし・人参) たまごスープ(わかめ・キャベツ・しいたけ・人参)	全粥 野菜の豆腐煮(豚ひき肉・玉ねぎ・なす) 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 野菜の豆腐煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・なす) 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) スープ(キャベツ・人参)	10倍粥 野菜の豆腐煮(かれない・玉ねぎ) 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) スープ(キャベツ・人参)
	午後 おにぎり(わかめ)(軟飯) 牛乳	全粥 スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 スープ(玉ねぎ・人参)	10倍粥 スープ(玉ねぎ・人参)
30日	昼食 軟飯 ひき肉とチーズの卵焼き(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) キャベツのツナマヨとえ(きゅうり) みそ汁(チンゲン菜・玉ねぎ・えのき) ロックアップ 牛乳	全粥 ひき肉とチーズの卵焼き(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ) トースト スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ) トースト スープ(キャベツ・人参)	10倍粥 かれないのとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ) トースト スープ(キャベツ・人参)
	午後 りんごジャム 牛乳	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
31日	昼食 軟飯(豚ひき肉・切り干し大根・人参・もやし・小松菜) キャベツと春雨の中華スープ(ねぎ) バナナ	全粥 豚ひき肉と野菜の炒め煮(人参・小松菜) スープ(キャベツ・人参) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜の炒め煮(人参・小松菜) スープ(キャベツ・人参) バナナ	10倍粥 かれないと野菜のとろとろ煮(人参・小松菜) スープ(キャベツ・人参) バナナ
	午後 りんごジャム 牛乳	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)

※野菜スティックが毎日つきます

※中期食の鶏ひき肉は鶏ささみのひき肉です。