

★ 8月 保育園離乳食完了期 献立表 ★

	1 土	3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土	10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土
	■中華丼 米 ぶたにく はくさい たまねぎ にんじん キャノーラ油 濃口しょうゆ 鶏がらスープ かたくり粉 ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の西京焼き 秋鮭 しお 甘みそ ■がんと煮 き にんじん さやいんげん 濃口しょうゆ さとう ■すまし汁 にんじん はくさい 淡口しょうゆ しお だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏肉と大根の炒め煮 とりにく だいこん にんじん さやいんげん ごま油 削りぶし さとう 濃口しょうゆ ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー にんじん かつおぶし 濃口しょうゆ さとう ■みそしる たまねぎ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の甘辛炒め ぶたにく きやべつ たまねぎ にんじん 濃口しょうゆ さとう ■キャノーラ油 高野豆腐の煮物 高野豆腐 にんじん さやいんげん 削りぶし しお 淡口しょうゆ ■みそしる はくさい 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■五目うどん うどん とろろ しめじ にんじん 青いねじ だし昆布 削りぶし さとう 濃口しょうゆ ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ さとう 白ごま	■ダルカレー風 米 とりにく だいじゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレー粉 マヨネーズ	■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ 青ねぎ しょうが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■ブロッコリーの中華和え ブロッコリー にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ カットわかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	■ごはん 米 ■鶏の塩こうじ焼き とりにく 塩こうじ ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■キーマカレー 米 ひき肉 たまねぎ にんじん さやいんげん キャノーラ油 カレー粉 ■スパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ しお	お弁当日	お弁当日	お弁当日	
	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶			
	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■お昼のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■ポップコーン (きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■ココアクッキー こむぎ粉 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ (カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳	■抹茶クッキー こむぎ粉 抹茶パウダー マーガリン さとう ■牛乳 牛乳				
	17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土	24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土	31 月
	■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく 濃口しょうゆ さとう ■ほうれん草の和え物 ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる たまねぎ きやべつ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■白身魚のみぞれかけ ばさ かたくり粉 キャノーラ油 だいこん 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■もやし 緑豆もやし きゅうり にんじん さとう ■みそしる ほうれん草 みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚肉の胡麻醤油炒め ぶたにく たまねぎ さやいんげん にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま ■キャノーラ油 ■ひじき煮 ひじき にんじん あぶらあげ さやいんげん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ほうれん草 みそ だし昆布 削りぶし	■ミートスパゲティ スパゲティ キャノーラ油 豚ひき肉 たまねぎ にんじん トマト缶 ケチャップ さとう しお ■キャノーラ油 パセリ缶 ■ミニトマト だいこん ブロッコリー にんじん ウイヨン しお	■夏野菜カレー 米 豚ひき肉 じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレー粉 ウイヨン かぼちゃ なす ピーマン キャノーラ油 ■コーンサラダ コーン たまねぎ きやべつ にんじん マヨネーズ	■豚肉の生煮焼き丼 米 ぶたにく たまねぎ 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 ■ほうれん草の和え物 ほうれん草 にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■たらこの煮付け たらこ しょうが 濃口しょうゆ さとう ■春雨サラダ はるさめ きゅうり にんじん ごま油 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ■みそしる はくさい カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■チキンチャップ とりにく たまねぎ しめじ ケチャップ さとう しお ■キャノーラ油 オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■スープ きやべつ にんじん ウイヨン しお	■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょうゆ しょうが かたくり粉 ■切干大根の煮物 切干だいこん にんじん さやいんげん 淡口しょうゆ さとう 削りぶし ■インゲンのおかか和え インゲン にんじん 濃口しょうゆ さとう 削りぶし	■ドライカレー 米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン トマト缶 ケチャップ キャノーラ油 しお カレー粉 ウイヨン パセリ缶 ■コーンスローサラダ コーン きやべつ にんじん コーン マヨネーズ ■スープ はくさい にんじん ウイヨン しお	■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 赤こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■インゲンの和え物 インゲン にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ カットわかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏のねぎみそ焼き とりにく たまねぎ 青ねぎ みそ 濃口しょうゆ さとう キャノーラ油 ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる はくさい あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	
	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶
	■ポップコーン (ココア) ポップコーンの素 キャノーラ油 ココア さとう ■牛乳 牛乳	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■コーンバター とうもろこし 濃口しょうゆ みりん マーガリン さとう ■牛乳 牛乳	■わかめおにぎり 米 わかめ ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ (みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■高野豆腐のコンポート 高野豆腐 さとう ココア さとう ■牛乳 牛乳	■きなこクッキー こむぎ粉 きな粉 マーガリン さとう ココア さとう ■牛乳 牛乳	■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ (もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■ポップコーン (きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳