

8月 幼児食献立表

美童保育園
栄養士 照屋恵美

令和6年 ※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児)

日	曜日	果物	昼食	おまな食材(食品)			日	曜日	果物	昼食	おまな食材(食品)		
				赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)					赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
1	木	バナナ	雑穀米ご飯 鮭のオーロラソース焼き ほうれん草とひじきのサラダ キャベツのみそ汁	鮭	白米 雑穀米	人参	17	土	お弁当会				
		午後おやつ	チーズ蒸しパン 牛乳	卵 牛乳 粉チーズ	ケーキMIX 砂糖 油							ミニドーナツ レーズン 牛乳	牛乳
2	金	オレンジ	ふりかけご飯 カレーポテトコロッケ ゴーヤーの甘酢あえ 豆腐のみそ汁	合挽(卵)	白米	玉ねぎ	19	月	グレープ	ご飯	白米		
		午後おやつ	ショートブレッド 牛乳	バター 砂糖 小麦粉							フルーツ	キーマカレー	豚ミンチ
3	土	バナナ	そぼろ丼 胡瓜の和え物 ワカメのみそ汁	豚ミンチ	白米 しらたき	玉ねぎ 人参 にはら	20	火	オレンジ	麦ごはん はんぺんチーズフライ クープイリチー ゆし豆腐	白米 押し麦 小麦粉 パン粉		
		午後おやつ	野菜かりんとう ブルーシ 牛乳	牛乳	かりんとう						アイスクリューム	アイスクリューム	
5	月	オレンジ	夏野菜カレー 野菜サラダ 卵スープ	鶏肉 牛乳	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ビーマン コーン	21	水	バナナ	ご飯 サバの香味焼き 人参入り豆腐 冬瓜のみそ汁	サバ	白米	
		午後おやつ	サーターアタダギー 牛乳	卵 牛乳	砂糖 小麦粉 BP						きなこクリームサンド 牛乳	きなこ 豆乳	食パン
6	火	りんご	玄米ご飯 サバのゆかり焼き へちまのソブシー うどん汁	サバ	白米 玄米	ブロッコリー	22	木	パイナップル	三枚肉そば ナムル 冷奴	三枚肉 かまぼこ ツナ缶 絹豆腐	沖繩そば	
		午後おやつ	ハムチーズサンド 牛乳	ハム チーズ	食パン マヨネーズ						いなり寿司 お茶	いなりあげ	白米
7	水	ヨーグルト	もちきびご飯 マーボー冬瓜 ポテトフライ なめこ汁	豚ミンチ	白米 もちきび	長ネギ 冬瓜 人参	23	金	りんご	ご飯 揚げ魚のソースあえ ゴーヤーチャンプルー ワカメのみそ汁	白身魚	白米	
		午後おやつ	ちんひん 牛乳	小麦粉 黒糖 砂糖							パースティケーキ 野菜ジュース		ケーキ
8	木	パイナップル	ひじきミートスパゲティ コールスローサラダ ワカメスープ	ひじき 合挽	スパゲティ	玉ねぎ 人参 ビーマン トマト	24	土	バナナ	炊き込みご飯 胡瓜の和え物 鶏汁	ツナ缶 ひじき ちくわ 鶏肉	白米	
		午後おやつ	鮭おにぎり 野菜ジュース	鮭	白米						セサミビスケット チーズ 牛乳	チーズ 牛乳	セサミビスケット
9	金	オレンジ	コーンご飯 魚のオランダ揚げ もずく酢 白菜のみそ汁	白身魚	白米	コーン	26	月	スイカ	もちきびご飯 チキンのカレーチーズ焼き かみかみあえ ワカメのみそ汁	鶏肉 粉チーズ サイキカ	白米 もちきび	
		午後おやつ	ブルーティンゼリー クラッカー		ゼリーの素						バナナドーナツ 牛乳	卵	ケーキMIX 砂糖 油
10	土	バナナ	生姜焼き丼 胡瓜の和え物 冬瓜のみそ汁	豚肉	白米	玉ねぎ 人参 ビーマン	27	火	バナナ	ご飯 魚のラビョットソースかけ ひじき炒め 卵スープ	白身魚	白米	
		午後おやつ	ビスコ ブルーシ 牛乳	牛乳	ビスコ						チョコチップスコーン 牛乳	牛乳	バター チョコ ケーキMIX
13	火	スイカ	雑穀米ご飯 ユーリンチー オクラのポン酢あえ じゃが芋のみそ汁	鶏肉	白米 雑穀米	長ネギ トマト	28	水	オレンジ	ご飯 ハンバーグ 南瓜サラダ 白菜スープ	合挽 卵	白米	
		午後おやつ	みかんカップケーキ 牛乳	ケーキMIX 砂糖 バター							揚げパン 牛乳	きなこ	パン 砂糖
14	水	りんご	もちきびご飯 魚のピカタ きんぴらごぼう ゆし豆腐	白身魚(卵) 粉チーズ	白米 もちきび	ブロッコリー	29	木	りんご	麦ご飯 レバーの産田揚げ 小松菜の白和え ソーメン汁	豚レバー	白米 押し麦	
		午後おやつ	芋かりんとう 牛乳	牛乳	さつま芋 砂糖						さつま芋ケーキ 牛乳	卵 牛乳	さつま芋 ケーキMIX 砂糖
15	木	オレンジ	クファージュシー 野菜かきあげ きゅうりのおかかあえ イナムドゥチ	ツナ缶 昆布	白米	人参 にはら	30	金	パイナップル	パン ホワイトシチュー ブロッコリーサラダ ポイルウインナー	鶏肉 牛乳	じゃが芋	
		午後おやつ	せんさい せんべい	金時豆 押し麦 黒糖							みそおにぎり 小魚	ツナ缶	白米 砂糖 油
16	金	お弁当会					31	土	パイナップル	スパゲティナポリタン 胡瓜の和え物 オニオンスープ	ウインナー	スパゲティ	
		午後おやつ	プリン クラッカー	プリン	クラッカー						タンナファクルー バナナ 牛乳	牛乳	タンナファクルー



※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替食で対応いたします。
 ※ 12日(金)山の日でお休みです。



8月 離乳食 献立表

令和6年

美童保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)
1	木	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し ほうれん草の和え物マッシュ キャベツスープ	バナナ果汁	おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 鮭の野菜つぶし煮 ほうれん草のつぶし和え キャベツのみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 鮭の野菜煮 ほうれん草の和え物 キャベツのみそ汁		
2	金	初期	つぶし粥 じゃが芋の煮物マッシュ 南瓜ペースト 白菜スープ	オレンジ果汁	じゃが芋おやき
		中期	全粥 つぶし肉じゃが 南瓜のつぶし煮 豆腐のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 肉じゃが 南瓜の煮物 豆腐のみそ汁		
3	土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	鶏おじや 南瓜スープ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 胡瓜のおろしあえ 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 胡瓜の和え物 豆腐のみそ汁		
5	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 人参ペースト じゃが芋スープ	オレンジ果汁	ツナおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 野菜つぶしサラダ じゃが芋のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 野菜サラダ じゃが芋のみそ汁		
6	火	初期	つぶし粥 白身魚のすり流し 豆腐煮物マッシュ すましスープ	りんご果汁	トマト粥 豆腐のみそ汁
		中期	全粥 白身魚のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 つぶしうどん汁	煮りんご	
		後期	軟飯 白身魚の煮物 豆腐のいり煮 うどん汁		
7	水	初期	つぶし粥 冬瓜の煮物マッシュ さつま芋ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	さつま芋おじや 冬瓜スープ
		中期	全粥 冬瓜のつぶし煮 つぶしさつま芋 豆腐のみそ汁	ヨーグルトあえ	
		後期	軟飯 冬瓜の煮物 さつま芋の煮物 豆腐のみそ汁		
8	木	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 人参ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	鮭おじや 鶏スープ
		中期	全粥 ササミとトマトのつぶし煮 つぶしサラダ オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 ササミのトマト煮 サラダ オニオンスープ		
9	金	初期	つぶし粥 白身魚のすり流し 南瓜ペースト 白菜スープ	オレンジ果汁	南瓜おじや オニオンスープ
		中期	全粥 白身魚のつぶしミルク煮 南瓜のつぶし煮 白菜のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 白身魚のミルク煮 南瓜の煮物 白菜のみそ汁		
10	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し さつま芋ペースト 冬瓜スープ	バナナ果汁	さつま芋粥 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 冬瓜のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 さつま芋の煮物 冬瓜のみそ汁		
13	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト じゃが芋スープ	バナナ果汁	鶏おじや じゃが芋スープ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 じゃが芋のみそ汁	スイカ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜の煮物 じゃが芋のみそ汁		
14	水	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参ペースト すましスープ	りんご果汁	さつま芋おじや オニオンスープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐	煮りんご	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 人参きんぴら煮 ゆし豆腐		
15	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト 豆腐のすり流し オニオンスープ	オレンジ果汁	ツナおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 煮奴 みそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 ササミの野菜煮 煮奴 みそ汁		
16	金	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	バナナパンケーキ
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶしサラダ 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 さつま芋サラダ 豆腐のすまし汁		
17	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 小松菜サラダマッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	南瓜粥 小松菜のみそ汁
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 小松菜つぶしサラダ オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 魚と野菜の煮物 小松菜サラダ オニオンスープ		
19	月	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し ポテトペースト ミルクスープ	りんご果汁	パンケーキ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 つぶしスパゲティサラダ ミルクスープ	煮りんご	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 スパゲティサラダ ミルクスープ		
20	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参ペースト すましスープ	オレンジ果汁	ツナおじや じゃが芋スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐	オレンジ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 人参しりしり煮 ゆし豆腐		
21	水	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 人参と豆腐の煮物マッシュ 冬瓜スープ	バナナ果汁	きなこクリーム サンド
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 人参と豆腐のつぶし煮 冬瓜のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 人参いり豆腐 冬瓜のみそ汁		
22	木	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し ほうれん草の和え物マッシュ すましスープ	りんご果汁	南瓜おやき
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 ほうれん草のつぶしあえ つぶしうどん汁	煮りんご	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 ほうれん草の和え物 うどん汁		
23	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐と野菜のすり流し オニオンスープ	りんご果汁	りんごパンケーキ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 豆腐の野菜つぶし煮 みそ汁	煮りんご	
		後期	軟飯 魚の煮つけ 豆腐の野菜煮 みそ汁		
24	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 冬瓜スープ	バナナ果汁	ツナおじや 南瓜スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 冬瓜のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚と煮物 南瓜の煮物 冬瓜のすまし汁		
26	月	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	ササミおじや キャベツスープ
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 つぶし和えも尾 豆腐のみそ汁	スイカ	
		後期	軟飯 ササミの煮物 和え物 豆腐のみそ汁		
27	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐の煮物マッシュ 小松菜スープ	バナナ果汁	トマト粥 豆腐のみそ汁
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 小松菜スープ	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 豆腐のいり煮 小松菜スープ		
28	水	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 南瓜サラダマッシュ 白菜スープ	オレンジ果汁	ササミおじや 南瓜スープ
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 南瓜サラダ 白菜スープ	オレンジ	
		後期	軟飯 ササミの野菜煮 南瓜サラダ 白菜スープ		
29	木	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 小松菜の和え物マッシュ すましスープ	りんご果汁	さつま芋 パンケーキ
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶしあえ ソーメン汁	煮りんご	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 小松菜の和え物 ソーメン汁		
30	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト ブロッコリーサラダ 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	ツナおじや じゃが芋のみそ汁
		中期	全粥 じゃが芋のつぶしミルク煮 ブロッコリーつぶしサラダ 豆腐のすまし汁	オレンジ	
		後期	軟飯 じゃが芋のミルク煮 ブロッコリーサラダ 豆腐のすまし汁		
31	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し さつま芋マッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	さつま芋おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 さつま芋の煮物 オニオンスープ		



※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。
 ※ 12日(月)山の日でお休みです。

