

令和8年

8月

つばさこども園 予定献立表

	月	火	水	木	金	土				
朝おやつ	 おねがい 暑い日は、体が水分をたくさん必要とします。 登園前には、朝ごはんをしっかり食べ、 お茶や水を飲んでから登園しましょう。  					1				
献立						なす味噌丼 大根のすまし汁 果物				
おやつ						牛乳、せんべい				
朝おやつ	3 煮干し (0.1歳せんべい)	4 バナナ	5 せんべい	6 バナナ	7 ヨーグルト	8				
献立	もずく丼 切干し大根のバンバンジー風サラダ ゆし豆腐 みかん缶	ゆかりご飯 さばの香味焼き (0~2歳児白身魚に変更) ひじきの旨煮 じゃが芋のみそ汁 オレンジ	もちぎびご飯 チキンのうめ焼き からし菜炒め 大根のみそ汁 黄桃缶	ごはん 筑前煮 胡瓜のおかか和え アーサ汁 パイン缶	ごはん (ふりかけ) マグロカツ ブロッコリーサラダ コンソメスープ サイダー風ゼリー (0.1歳は果物缶多め)	焼肉丼 果物 わかめｽｰﾌﾟ				
おやつ	牛乳、スイートポテト	牛乳、ミルクパン (0.1歳きな粉蒸しパン)	麦茶、黒棒、バナナ1/4	牛乳、マシュマロサンド (1.2歳ビスケット・ゼリー)	【誕生日会】蒸しケーキ(1歳) 牛乳、ｲﾅﾑﾄﾞｯﾁ(2.3.4.5歳)	牛乳、米粉のメープルマフィン				
朝おやつ	10 煮干し (0.1歳せんべい)	11	12 せんべい	13 バナナ	14 ヨーグルト	15				
献立	ハヤシライス コールスローサラダ オニオンスープ みかん缶	山の日 (休園) 	ごはん (ふりかけ) 鮭のｶｰﾅﾋﾞ焼き ﾋｰﾌﾝ炒め ｲﾅﾑﾄﾞｯﾁ オレンジ	ごはん 鶏肉と厚揚げのうま煮 かぼちゃサラダ 切り干し大根のみそ汁 パイン缶	ごはん 鶏肉じゃが煮 とうがんのみそ汁 バナナ	野菜そぼろ丼 みそ汁 果物				
おやつ	牛乳、さつま芋蒸しケーキ		麦茶、ｶﾏｵにぎり	牛乳、ｶｽﾀｰﾄﾞﾜｯﾌﾙ、 (0.1歳手作りマフィン)	麦茶、ゼリー、せんべい	牛乳、せんべい				
朝おやつ	17 煮干し (0.1歳せんべい)	18 バナナ	19 せんべい	20 バナナ	21 ヨーグルト	22				
献立	豚丼 春雨サラダ アーサ汁 みかん缶	もちぎびご飯 チキンのマーレード焼き ほうれん草のソテー ヘチマのみそ汁 黄桃缶	沖縄そば きんぴらごぼう バナナ	ごはん 豆腐ハンバーグ ｸｰﾌﾟｲﾘﾁｰ 豆乳みそ汁 パイン缶	夏野菜のキーマカレー ブロッコリーサラダ ビーフン入りスープ バナナ1/4 【絵本給食★きんぎょがにげた】	もずく丼 大根のみそ汁 果物				
おやつ	牛乳、大学芋 (0.1歳蒸大学芋)	牛乳、もちもちボールドーナツ	麦茶、ジューシーおにぎり	牛乳、ひとくち桃まん	牛乳、ジャムサンド	牛乳、せんべい				
朝おやつ	24 煮干し (0.1歳せんべい)	25 バナナ	26 せんべい	27 バナナ	28 ヨーグルト	29				
献立	もちぎびご飯 豚のしょうが炒め ごまかぼちゃ 切干大根のみそ汁 パイン缶	ごはん チキンてり焼き ﾊﾊﾞｲﾔｲﾘﾁｰ ゆし豆腐 オレンジ	ﾀｺﾗｲｽ ほうれん草の白和え わかめｽｰﾌﾟ バナナ	旧盆(ウークイ) ※給食はなしでお弁当になります	冬瓜入りマーボー豆腐丼 菜の花とツナのごま和え もずくのすまし汁 オレンジ	中華丼 わかめｽｰﾌﾟ 果物				
おやつ	牛乳、ポテトの海苔塩揚げ	牛乳、シスコーン	牛乳、ﾌﾞｱﾏﾝｹｰｷ (ｺｺｱｹｰｷ)	麦茶、ミニバウムクーヘン	牛乳、揚げパン	牛乳、せんべい				
朝おやつ	31 煮干し (0.1歳せんべい)	暑い日が続く、食欲が落ちやすい季節です。 3食しっかりと食事を取り、 水分や休息をしっかりとって、 元気に夏を過ごしましょう！  今月の食育 夏野菜を食べよう！  トマト リコピンが豊富で、紫外線から体を守ります。  きゅうり 水分がたっぷり！体を冷やしてくれます。  なす 体を冷やし、のぼせを防いでくれます。  とうもろこし エネルギーのもとになる炭水化物が豊富です。  ピーマン ビタミンCが豊富で、夏バテ予防に役立ちます。 								
献立	チキンカレーライス ひじきサラダ コーンスープ パイン缶									
おやつ	牛乳、黒糖ﾌﾗｰ (蒸しパン)									

※ 食材、行事、その他都合で 献立を変更することがあります。

日本ユニテック栄養士 島袋綾子

8月 離乳食献立表



つばさこども園

離乳食には、かつおだしを使用しています(一部表記省略)

	中期(7. 8か月)		後期(9. 10. 11か月)	
	舌でつぶせる固さ	絹ごし豆腐程度(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ	バナナ位(荒みじん)
	献立	主な食材	献立	主な食材
1日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(全がゆ)、人参、玉葱、大根 絹ごし豆腐 かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯)、人参、玉葱、大根 絹ごし豆腐 かつおだし
午後	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
3日 (月) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、玉葱、ほうれん草	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み つかみ食べ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、玉葱、ほうれん草 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ	保育ミルク 米(全がゆ)、さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
4日 (火) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ) /かつおだし 白身魚、人参、キャベツ、じゃが芋、片栗粉	軟飯 だし汁 白身魚のほぐし煮 つかみ食べ野菜	米(軟飯) /かつおだし 白身魚、人参、キャベツ、じゃが芋、片栗粉 じゃが芋
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ)、かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯)、かぼちゃ
5日 (水) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、大根、ほうれん草	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み つかみ食べ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、大根、ほうれん草 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ)、ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯)、ブロッコリー
6日 (木) 午前	全がゆ 豆腐のすまし汁 ささみ団子の野菜煮	米(全がゆ) 絹ごし豆腐、/かつおだし ささ身ミンチ、絹ごし豆腐、人参、大根、ほうれん草、片栗粉	軟飯～全がゆ 豆腐のすまし汁 ささみ団子の野菜煮 つかみ食べ野菜	米(軟飯) 絹ごし豆腐、/かつおだし ささ身ミンチ、絹ごし豆腐、人参、大根、ほうれん草、片栗粉 大根
午後	保育用ミルク 芋おじや	保育ミルク 米(全がゆ)、さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
7日 (金) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ) /かつおだし 白身魚、人参、玉葱、ブロッコリー、片栗粉	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 つかみ食べ野菜	米(軟飯) /かつおだし 白身魚、人参、玉葱、ブロッコリー、片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ)、かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯)、かぼちゃ
8日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯)、人参、玉葱、かぼちゃ、/かつおだし 絹ごし豆腐、/かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯)、人参、玉葱、かぼちゃ、/かつおだし 絹ごし豆腐、/かつおだし
午後	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
10日 (月) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、キャベツ、ほうれん草	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手つかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、キャベツ、ほうれん草 じゃが芋
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全がゆ)、さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
11日 (火)	【山の日(休園)】			
12日 (水) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ) /かつおだし 白身魚、人参、キャベツ、大根、片栗粉	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手つかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 白身魚、人参、キャベツ、片栗粉 大根
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ)、かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯)、かぼちゃ
13日 (木) 午前	全がゆ だし汁 ささみと野菜の煮込み	米(全がゆ) /かつおだし ささ身ミンチ、絹ごし豆腐、人参、玉葱、大根	軟飯～全がゆ だし汁 ささみと野菜の煮込み 手つかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし ささ身ミンチ、絹ごし豆腐、人参、玉葱、大根 じゃが芋
午後	保育用ミルク ブロッコリーがゆ	保育ミルク 米(全がゆ)、ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯)、ブロッコリー
14日 (金) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全がゆ) /かつおだし 白身魚、人参、玉葱、じゃが芋、片栗粉	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手つかみ野菜	米(全がゆ) /かつおだし 白身魚、人参、玉葱、じゃが芋、片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全がゆ)、さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
15日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(全がゆ)、人参、大根、キャベツ 絹ごし豆腐 /かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯)、人参、大根、キャベツ 絹ごし豆腐 /かつおだし
午後	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい

8月 離乳食献立表



離乳食には、かつおだしを使用しています(一部表記省略)

	中期(7, 8か月)		後期(9, 10, 11か月)	
	舌でつぶせる固さ	絹ごし豆腐程度(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ	バナナ位(荒みじん)
	献立	主な食材	献立	主な食材
17日 (月) 午前	全かゆ 豆腐のすまし汁 ささみの野菜煮	米(全かゆ) 絹ごし豆腐、かつおだし ささ身ミンチ、かぼちゃ、玉葱、キャベツ、片栗粉、じゃが芋	軟飯～全かゆ 豆腐のすまし汁 ささみの野菜煮 手づかみ野菜	米(軟飯) 絹ごし豆腐、かつおだし ささ身ミンチ、かぼちゃ、玉葱、キャベツ、片栗粉
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全かゆ)、さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
18日 (火) 午前	全かゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全かゆ) /かつおだし 白身魚、人参、じゃが芋、ほうれん草、片栗粉	軟飯～全かゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 白身魚、人参、じゃが芋、ほうれん草、片栗粉
午後	保育用ミルク 野菜がゆ	保育ミルク 米(全かゆ)、人参	保育用ミルク 軟飯おにぎり(野菜)	保育ミルク 米(軟飯)、人参
19日 (水) 午前	全かゆ だし汁 豆腐と野菜のつぶし煮	米(全かゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、玉葱、ブロッコリー	軟飯～全かゆ だし汁 豆腐と野菜のつぶし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、玉葱、ブロッコリー
午後	保育用ミルク 野菜がゆ	保育ミルク 米(全かゆ)、人参、玉葱	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯)、人参、玉葱
20日 (木) 午前	全かゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全かゆ) /かつおだし 白身魚、片栗粉、人参、じゃが芋、キャベツ	軟飯～全かゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 白身魚、片栗粉、人参、じゃが芋、キャベツ
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全かゆ)、さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
21日 (金) 午前	全かゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米(全かゆ) /かつおだし 白身魚、人参、玉葱、ブロッコリー	軟飯～全かゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 白身魚、人参、玉葱、ブロッコリー
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全かゆ)、かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯)、かぼちゃ
22日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(全かゆ)、人参、大根、ほうれん草 絹ごし豆腐 /かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯)、人参、大根、ほうれん草 絹ごし豆腐 /かつおだし
午後	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
24日 (月) 午前	全かゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全かゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、キャベツ、かぼちゃ	軟飯～全かゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、キャベツ、かぼちゃ
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全かゆ)、さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
25日 (火) 午前	全かゆ 豆腐のすまし汁 白身魚のほぐし煮	米(全かゆ) ゆし豆腐、かつおだし 白身魚、片栗粉、人参、玉葱、ブロッコリー	軟飯～全かゆ 豆腐のすまし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) ゆし豆腐、かつおだし 白身魚、片栗粉、人参、玉葱、ブロッコリー
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全かゆ)、人参	保育用ミルク 軟飯おにぎり(野菜)	保育ミルク 米(軟飯)、人参
26日 (水) 午前	全かゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全かゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、キャベツ、ほうれん草	軟飯～全かゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、キャベツ、ほうれん草
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全かゆ)、かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯)、かぼちゃ
27日 (木) 午前	全かゆ だし汁 ささみの野菜煮	米(全かゆ) /かつおだし ささ身ミンチ、片栗粉、人参、南瓜、ブロッコリー	軟飯～全かゆ だし汁 ささみの野菜煮 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし ささ身ミンチ、片栗粉、人参、南瓜、ブロッコリー
午後	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
28日 (金) 午前	全かゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全かゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、玉葱、ほうれん草	軟飯～全かゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、玉葱、ほうれん草
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育ミルク 米(全かゆ)、さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯)、さつまいも
29日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(全かゆ)、/かつおだし、人参、玉葱、白菜 絹ごし豆腐 /かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯)、/かつおだし、人参、玉葱、白菜 絹ごし豆腐 /かつおだし
午後	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 離乳食菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
31日 (月) 午前	全かゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全かゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、キャベツ、じゃが芋	軟飯～全かゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐、人参、キャベツ、じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜がゆ	保育ミルク 米(全かゆ)、ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米(軟飯)、ブロッコリー