



8月 離乳食 献立表



令和8年

きららうえぼる保育園

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	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	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 つぶしポテトサラダ 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の煮物 ポテトサラダ 豆腐のみそ汁		
3	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ すましスープ	バナナ果汁	おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ ソーメン汁	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 ブロッコリーサラダ ソーメン汁		
4	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のミルク煮ペースト 南瓜マッシュ 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 魚と野菜のつぶしミルク煮 南瓜つぶし煮 白菜のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 魚のミルク煮 南瓜の煮物 白菜のみそ汁		
5	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト 白菜ペースト 豆腐のすまし汁	オレンジ果汁	鶏かゆ 野菜スープ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 白菜と納豆のつぶし煮 豆腐のすまし汁	オレンジ	
		後期	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 白菜の納豆煮 豆腐のすまし汁		
6	木	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し サラダマッシュ オニオンスープ	オレンジ果汁	ササミ粥 キャベツスープ
		中期	全粥 ササミのトマトつぶし煮 つぶしサラダ オニオンスープ	オレンジ	
		後期	軟飯 ササミのトマト煮 サラダ オニオンスープ		
7	金	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 豆腐のすり流し すましスープ	バナナ果汁	きなこパンケーキ
		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	バナナ	
		後期	軟飯 白身魚の煮物 豆腐のいり煮 うどん汁		
8	土	初期	つぶし粥 魚のすり流し さつま芋ペースト 冬瓜スープ	バナナ果汁	ツナおじや 南瓜スープ
		中期	全粥 魚のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 冬瓜のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の煮物 さつま芋の煮物 冬瓜のすまし汁		
10	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト じゃが芋スープ	オレンジ果汁	おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 じゃが芋のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜の煮物 じゃが芋のみそ汁		
12	水	初期	つぶし粥 冬瓜の煮物マッシュ さつま芋ペースト すましスープ	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 さつま芋つぶし煮 ゆし豆腐	バナナ	
		後期	軟飯 冬瓜の煮物 さつま芋の煮物 ゆし豆腐		
13	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 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 魚と野菜のつぶし煮 ポテトつぶしサラダ オニオンスープ	オレンジ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ		
14	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋マッシュ 豆腐のすりながし汁	バナナ果汁	さつま芋 野菜スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 さつま芋の煮物 豆腐のすまし汁		
15	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ	バナナ果汁	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 南瓜のつぶし煮 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁		
17	月	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 大根スープ	バナナ果汁	バナナ パンケーキ
		中期	全粥 鮭と野菜のつぶし煮 南瓜つぶしサラダ 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 鮭の野菜煮 南瓜サラダ 大根のみそ汁		
18	火	初期	つぶし粥 野菜ペースト ブロッコリーサラダマッシュ キャベツスープ	オレンジ果汁	ササミおじや 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 キャベツスープ	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 キャベツスープ		
19	水	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 白菜スープ	バナナ果汁	おじや じゃが芋スープ
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 ポテトつぶしサラダ 白菜スープ	バナナ	
		後期	軟飯 ササミの野菜煮 ポテトサラダ 白菜スープ		
20	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜ペースト 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	ササミおじや 南瓜スープ
		中期	全粥 ササミのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 豆腐のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 ササミの野菜煮 南瓜の煮物 豆腐のみそ汁		
21	金	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	ふかし芋
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 人参しりしり煮 豆腐のみそ汁		
22	土	初期	つぶし粥 豆腐のすりながし さつま芋ペースト 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		
24	月	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト すましスープ	バナナ果汁	南瓜パンケーキ
		中期	全粥 鮭と野菜のつぶし煮 南瓜つぶし煮 ゆし豆腐	バナナ	
		後期	軟飯 鮭の野菜煮 南瓜の煮物 ゆし豆腐		
25	火	初期	つぶし粥 野菜ペースト じゃが芋マッシュ すましスープ	オレンジ果汁	鶏おじや じゃが芋スープ
		中期	全粥 ササミのつぶし煮 ポテトつぶしサラダ つぶしうどん汁	オレンジ	
		後期	軟飯 ササミの煮物 ポテトサラダ うどん汁		
26	水	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐のすり流し 大根スープ	バナナ果汁	ササミおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 煮奴 みそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 煮奴 みそ汁		
27	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋サラダマッシュ 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 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 魚の野菜煮 さつま芋サラダ 豆腐のすまし汁		
28	金	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	バナナ果汁	さつま芋 パンケーキ
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし和え ソーメン汁	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 小松菜の和え物 ソーメン汁		
29	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ 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 ブロッコリーつぶしサラダ オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 魚と野菜の煮物 ブロッコリーサラダ オニオンスープ		
31	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 野菜スープ	オレンジ果汁	みかん パンケーキ
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 ポテトつぶしサラダ 野菜スープ	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 ポテトサラダ 野菜スープ		



※ 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。
※ 11日(火)山の日でお休みです。

