離乳食献立表（中期食）

2023年8月

アルテ子どもと木幼保園

日 曜	時間帯	献立	材　料　名
1・15・29 火	昼食	全粥 カレイ煮 にんじんとキャベツのおかか炒め みそ汁	米 かれい にんじん、キャベツ、かつお節 たまねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ
	午後おやつ	和風うどん 野菜スープ	釜揚げしらす、うどん、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、あおのり キャベツ、かつお・昆布だし汁
2・16・30 水	昼食	ツナ粥 夏野菜の炊き合わせ キャベツのサラダ	米、ツナ水煮缶 たまねぎ、かぼちゃ、かつお・昆布だし汁 キャベツ、にんじん
	午後おやつ	鶏肉のくたくたうどん にんじんスティック	干しうどん、鶏ささ身、キャベツ、たまねぎ、かつお・昆布だし汁 にんじん、かつお・昆布だし汁
3・17・31 木	昼食	鮭粥 具だくさん汁	米、さけ にんじん、キャベツ、たまねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ
	午後おやつ	にんじんパン粥 キャベツとツナのスープ	無添加食パン、にんじん ツナ水煮缶、キャベツ、たまねぎ、かつお・昆布だし汁
4・18 金	昼食	全粥 豆腐ハンバーグ キャベツの和え物 五目汁	米 木綿豆腐、鶏ささ身、たまねぎ キャベツ、にんじん だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	全粥 しらすの野菜スープ	米 キャベツ、たまねぎ、釜揚げしらす、かつお・昆布だし汁
5・19 土	昼食	トマトチキンうどん 粉ふき芋 スープ	うどん、鶏ささ身、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、水、片栗粉 じゃがいも たまねぎ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	ツナそぼろ粥 野菜たっぷりみそ汁	米、ツナ水煮缶 キャベツ、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ
7・21 月	昼食	全粥 かれいのくず煮 カラフルサラダ トマトスープ	米 かれい、かつお・昆布だし汁、片栗粉 キャベツ、じゃがいも、にんじん たまねぎ、トマトピューレ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	全粥 ツナの具沢山スープ	米 ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、たまねぎ、かつお・昆布だし汁
8・22 火	昼食	全粥 鶏の照りやき キャベツとにんじんのソテー みそ汁	米 鶏ささ身、かつお・昆布だし汁、片栗粉 キャベツ、にんじん たまねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ
	午後おやつ	パン粥 しらすのミルクスープ	無添加食パン 釜揚げしらす、育児用ミルク、にんじん、たまねぎ、キャベツ、かつお・昆布だし汁
9・23 水	昼食	全粥 鮭のみそ煮 キャベツのおかか和え けんちん汁	米 さけ、白みそ、かつお・昆布だし汁 キャベツ、かつお節 だいこん、にんじん、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	トマトチキンうどん キャベツのスープ	うどん、トマトピューレ、鶏ささ身、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁 キャベツ、かつお・昆布だし汁
10・24 木	昼食	全粥 チキンのトマト煮 キャベツとにんじんのサラダ みそ汁	米 鶏ささ身、たまねぎ、トマトピューレ キャベツ、にんじん、かつお・昆布だし汁 キャベツ、淡色みそ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	おかか粥 豆腐の野菜スープ	米、かつお節 木綿豆腐、キャベツ、たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁
12・26 土	昼食	パン粥 キャベツとにんじんサラダ チキンとトマトのスープ	無添加食パン キャベツ、にんじん 鶏ささ身、たまねぎ、じゃがいも、トマトピューレ、やさいスープ
	午後おやつ	きな粉粥 みそ汁	米、きな粉 キャベツ、にんじん、たまねぎ、米みそ、かつお・昆布だし汁、ツナ水煮缶
14・28 月	昼食	全粥 鶏の照り焼き キャベツと人参の煮物 みそ汁	米 鶏ささ身、たまねぎ、かつお・昆布だし汁 キャベツ、にんじん、かつお・昆布だし汁 たまねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ
	午後おやつ	パン粥 ツナのミルクスープ	無添加食パン ツナ水煮缶、キャベツ、にんじん、育児用ミルク、かつお・昆布だし汁
25 金	昼食	全粥 鶏肉のハンバーグ にんじんのサラダ キャベツスープ	米 鶏ささ身、たまねぎ にんじん、かつお・昆布だし汁 キャベツ、かつお・昆布だし汁
	午後おやつ	パン粥 しらすスープ	無添加食パン キャベツ、たまねぎ、にんじん、釜揚げしらす、かつお・昆布だし汁