



# 8月 離乳食9～11カ月(後期)

2018年 西奈良ルーテル保育園

都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
					赤: 血や肉を作る	緑: 体の調子を整える	黄: 熱や力の元になる
1	水	バナナ	5倍粥又は軟飯 白身魚の煮付け 小松菜の和え物 味噌汁	ほうれん草& かぼちゃりんぐ	ホキ 味噌	人参 小松菜 玉ねぎ バナナ	米 ほうれん草&かぼちゃりんぐ
2	木	ベビーせんべい	5倍粥又は軟飯 ささみのやわらか煮 大根の煮物 スープ	とうもろこしぼーる	ささみ	大根 人参 キャベツ 玉ねぎ	米 ベビーせんべい とうもろこしぼーる
3	金	たべっ子ベイビー	5倍粥又は軟飯 高野豆腐の煮物 チンゲン菜の和え物 味噌汁	バナナ	高野豆腐 味噌	チンゲン菜 人参 バナナ	米 たべっ子ベイビー
4	土	トマト& にんじんりんぐ	煮込みそうめん 豆腐と野菜の煮物 キャベツの和え物	ハイハイ	絹ごし豆腐	玉ねぎ キャベツ 人参 大根	そうめん トマト&にんじんりんぐ ハイハイ
6	月	さつまいもぼーる	5倍粥又は軟飯 高野豆腐の煮物 きゅうりの和え物 すまし汁	ほうれん草& かぼちゃりんぐ	高野豆腐	きゅうり 人参 小松菜 大根	米 おつゆ麩 さつまいもぼーる ほうれん草&かぼちゃりんぐ
7	火	ベビーせんべい	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 きゅうりの和え物 スープ	とうもろこしぼーる	鶏ミンチ	玉ねぎ 人参 きゅうり	米 じゃが芋 ベビーせんべい とうもろこしぼーる
8	水	トマト& にんじんりんぐ	5倍粥又は軟飯 白身魚の煮付け 大根の和え物 味噌汁	ハイハイ	ホキ 味噌	大根 人参 玉ねぎ	米 さつま芋 トマト&にんじんりんぐ ハイハイ
9	木	オレンジ	5倍粥又は軟飯 ささみと冬瓜の煮物 チンゲン菜の和え物 味噌汁	さつまいもぼーる	ささみ 味噌	冬瓜・人参 チンゲン菜 白菜・玉ねぎ オレンジ	米 さつまいもぼーる
10	金	ほうれん草& かぼちゃりんぐ	煮込みうどん かぼちゃそぼろ煮 オレンジ	味噌粥	鶏ミンチ 味噌	かぼちゃ 人参 小松菜 オレンジ	うどん ほうれん草&かぼちゃりんぐ 米
13	月	ベビーせんべい	お弁当日	とうもろこしぼーる			ベビーせんべい とうもろこしぼーる
14	火	トマト& にんじんりんぐ	お弁当日	ハイハイ			トマト&にんじんりんぐ ハイハイ
15	水	さつまいもぼーる	5倍粥又は軟飯 白身魚の煮付け キャベツの和え物 スープ	ほうれん草& かぼちゃりんぐ	ホキ	玉ねぎ キャベツ 人参	米 さつまいもぼーる ほうれん草&かぼちゃりんぐ
16	木	ベビーせんべい	煮込みそうめん 高野豆腐と野菜の煮物 さつま芋の煮物	とうもろこしぼーる	高野豆腐	人参 キャベツ	そうめん さつま芋 ベビーせんべい とうもろこしぼーる

日	曜日	朝のおやつ	昼食	3時のおやつ	材 料 名		
					赤: 血や肉を作る	緑: 体の調子を整える	黄: 熱や力の元になる
17	金	トマト& にんじんりんぐ	5倍粥又は軟飯 白身魚の煮付け キャベツの和え物 味噌汁	ハイハイ	ホキ 味噌	キャベツ かぼちゃ 玉ねぎ	米 トマト&にんじんりんぐ ハイハイ
18	土	たべっ子ベイビー	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 スープ バナナ	さつまいもぼーる	ささみ	玉ねぎ キャベツ 人参 バナナ	米 たべっ子ベイビー さつまいもぼーる
20	月	ほうれん草& かぼちゃりんぐ	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 キャベツの和え物 スープ	ベビーせんべい	鶏ミンチ	なす・玉ねぎ・人参 かぼちゃ キャベツ きゅうり	米 ほうれん草&かぼちゃりんぐ ベビーせんべい
21	火	とうもろこしぼーる	5倍粥又は軟飯 高野豆腐の煮物 ブロッコリーの和え物 スープ	トマト& にんじんりんぐ	高野豆腐	人参 玉ねぎ ブロッコリー	米 とうもろこしぼーる トマト&にんじんりんぐ
22	水	ハイハイ	5倍粥又は軟飯 白身魚の煮付け 小松菜の和え物 味噌汁	さつまいもぼーる	ホキ 味噌	小松菜 人参 かぼちゃ 玉ねぎ	米 ハイハイ さつまいもぼーる
23	木	ほうれん草& かぼちゃりんぐ	煮込みそうめん 野菜のそぼろ煮 オレンジ	味噌粥	鶏ミンチ 味噌	きゅうり 玉ねぎ 小松菜 オレンジ	そうめん じゃが芋 ほうれん草&かぼちゃりんぐ 米
24	金	バナナ	5倍粥又は軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 キャベツの和え物 すまし汁	ベビーせんべい	高野豆腐	人参・玉ねぎ キャベツ バナナ	米 おつゆ麩 ベビーせんべい
25	土	とうもろこしぼーる	5倍粥又は軟飯 ささみと野菜の煮物 味噌汁 バナナ	トマト& にんじんりんぐ	ささみ 味噌	玉ねぎ・人参 大根 バナナ	米 とうもろこしぼーる トマト&にんじんりんぐ
27	月	ハイハイ	5倍粥又は軟飯 野菜のそぼろ煮 キャベツの和え物 味噌汁	さつまいもぼーる	鶏ミンチ 味噌	玉ねぎ・人参 キャベツ きゅうり 大根	米 ハイハイ さつまいもぼーる
28	火	ほうれん草& かぼちゃりんぐ	5倍粥又は軟飯 豆腐と野菜の煮物 青梗菜の和え物 味噌汁	ベビーせんべい	木綿豆腐 味噌	人参 チンゲン菜 キャベツ	米 ほうれん草&かぼちゃりんぐ ベビーせんべい
29	水	たべっ子ベイビー	5倍粥又は軟飯 白身魚の煮付け じゃが芋の煮物 すまし汁	とうもろこしぼーる	ホキ	人参 玉ねぎ	米・じゃが芋 おつゆ麩 たべっ子ベイビー とうもろこしぼーる
30	木	トマト& にんじんりんぐ	5倍粥又は軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 小松菜の和え物 味噌汁	ハイハイ	高野豆腐 味噌	人参 小松菜 玉ねぎ	米 トマト&にんじんりんぐ ハイハイ
31	金	オレンジ	5倍粥又は軟飯 ささみのやわらか煮 ブロッコリーの和え物 スープ	さつまいもぼーる	ささみ	ブロッコリー 人参 玉ねぎ 小松菜・オレンジ	米 さつまいもぼーる

