

☆8月献立表 離乳食 初期☆ 目安月齢5~6ヶ月頃

令和4年8月

港南台保育園

日	曜	1回食	3色分類		
			あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
1 15 29	月	野菜うどん 豆腐とじゃがいも煮 すりつぶしすいか	豆腐	うどん じゃがいも	にんじん たまねぎ はくさい すいか
2 16 30	火	ペースト粥 しらすとトマト煮 すまし汁 すりおろしなし	しらす干し	かゆ	トマト キャベツ はくさい たまねぎ なし
3 17	水	ペースト粥 たいと大根煮 すまし汁 すりつぶしバナナ	たい	かゆ じゃがいも	チンゲンサイ だいこん たまねぎ バナナ
4 18	木	ペースト粥 高野豆腐とブロッコリー煮 野菜スープ すりおろしりんご	高野豆腐	かゆ	ブロッコリー にんじん チンゲンサイ たまねぎ りんご
5 19	金	ペースト粥 かれいとほうれん草煮 すまし汁 すりつぶしバナナ	かれい	かゆ	ほうれんそう だいこん こまつな かぶ バナナ
6 20	土	お粥 しらすとかぼちゃ煮 野菜スープ すりつぶしバナナ	しらす干し	かゆ	キャベツ かぼちゃ たまねぎ にんじん バナナ
8 22	月	ペースト粥 豆腐と野菜煮 野菜スープ すりつぶしバナナ	豆腐	かゆ	にんじん キャベツ たまねぎ こまつな バナナ
9 23	火	ペースト粥 カレイと麩煮 すまし汁 すりつぶしすいか	かれい	かゆ ふ	ブロッコリー キャベツ チンゲンサイ すいか
10 24	水	パン粥 高野豆腐とズッキーニ煮 野菜スープ すりおろしりんご	調製粉乳 高野豆腐	パン	ズッキーニ はくさい ほうれんそう ブロッコリー りんご
12 26	金	ペースト粥 しらすとトマト煮 野菜スープ すりおろしなし	しらす干し	かゆ	トマト こまつな だいこん たまねぎ なし
13 27	土	ペースト粥 豆腐と大根煮 スープ すりつぶしバナナ	豆腐	かゆ じゃがいも	ほうれんそう だいこん チンゲンサイ バナナ
25 31	木水	ペースト粥 たいとさつまいも煮 すまし汁 すりおろしなし	たい	かゆ さつまいも	こまつな にんじん かぶ なし

※食材の都合により献立を変更する場合がございます。



☆8月献立表 離乳食 中期☆

目安月齢7~8ヶ月頃

令和4年8月

港南台保育園

日	曜	1回食	2回食	3色分類		
				あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
1 15 29	月	野菜うどん 豆腐とじゃがいも煮 すりつぶすしいか	みそおじや 大根ときゅうり煮	豆腐	うどん じゃがいもかゆ	にんじん たまねぎ はくさい すいか だいこん きゅうり なす
2 16 30	火	お粥 ささみとトマト煮 すまし汁 すりおろしなし	パン粥 かぼちゃの煮物	鶏肉 調製粉乳	かゆ パン	トマト キャベツ はくさい たまねぎ なし かぼちゃ こまつな ブロッコリー
3 17	水	お粥 たらと大根煮 すまし汁 すりつぶしバナナ	なすおじや 白菜とズッキーニ煮	すけとうだら かつお節	かゆ じゃがいも	だいこん チンゲンサイ たまねぎ バナナ なす はくさい スッキーニ きゅうり
4 18	木	お粥 高野豆腐とブロッコリー煮 野菜スープ すりおろしりんご	さつま芋おじや かぶと小松菜煮	高野豆腐	かゆ さつまいも	ブロッコリー にんじん チンゲンサイ たまねぎ りんご かぶ キャベツ こまつな
5 19	金	お粥 かれいとほうれん草煮 すまし汁 すりつぶしバナナ	青菜おじや なすとカリフラワー煮	かれい	かゆ	ほうれんそう だいこん こまつな かぶ バナナ たまねぎ なす カリフラワー チンゲンサイ
6 20	土	お粥 しらすとかぼちゃ煮 野菜スープ すりつぶしバナナ	トマト粥 じゃがいもの煮物	しらす干し	かゆ じゃがいも	キャベツ かぼちゃ たまねぎ にんじん バナナ トマト はくさい かぶ
8 22	月	お粥 ささみときゅうり煮 野菜スープ すりつぶしバナナ	野菜にゅうめん ほうれん草の白和え	鶏肉 かつお節 豆腐	かゆ そうめん	きゅうり にんじん たまねぎ こまつな バナナ はくさい ほうれんそう
9 23	火	お粥 カレイと麩煮 すまし汁 すりつぶすしいか	かぼちゃおじや 大根とじゃがいも煮	かれい かつお節	かゆ ぶ じゃがいも	ブロッコリー キャベツ チンゲンサイ すいか かぼちゃ だいこん こまつな
10 24	水	パン粥 高野豆腐とズッキーニ煮 野菜スープ すりおろしりんご	ひじき粥 なすのツナ和え	調製粉乳 高野豆腐 ツナ	パン かゆ	ズッキーニ はくさい ほうれんそう ブロッコリー りんご ひじき にんじん なす かぶ
12 26	金	お粥 ささみとトマト煮 野菜スープ すりおろしなし	ブロッコリー入りおじや さつまいもと人参煮	鶏肉	かゆ さつまいも	トマト きゅうり だいこん たまねぎ なし ブロッコリー にんじん チンゲンサイ
13 27	土	お粥 豆腐と大根煮 スープ すりつぶしバナナ	パン粥 スッキーニとほうれん草煮	豆腐 調製粉乳	かゆ じゃがいも パン	だいこん きゅうり チンゲンサイ バナナ なす ほうれんそう スッキーニ
25 31	木水	お粥 たらとさつまいも煮 すまし汁 すりおろしなし	しらす入りおじや かぼちゃとキャベツ煮	すけとうだら かつお節 しらす干し	かゆ さつまいも	こまつな にんじん かぶ なし かぼちゃ たまねぎ キャベツ

※食材の都合により献立を変更する場合がございます。



☆8月献立表 離乳食 後期☆

目安月齢9～11ヶ月頃

令和4年8月

港南台保育園

日	曜	1回食	2回食	3色分類		
				あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
1 15 29	月	ミートソーススパゲティ 豆腐とじゃがいも煮 スープ すいか	みそおじや 大根ときゆ うり煮	豚肉 豆腐	マカロニ・スパゲッ ティ じゃがいも か ゆ	にんじん たまねぎ ピーマン トマト はくさい わかめ す いか だいこん きゅうり な す
2 16 30	火	軟飯 鶏肉と甘酢和え みそ汁 なし	スティックパン かぼ ちやの煮物	鶏肉 みそ	米 パン	にんじん キャベツ きゅう り なら もやし なし か ぼちや こまつな ブロッコ リー
3 17	水	軟飯 たらと大根煮 す まし汁 デラウェア	なすおじや 白菜とズッ キーニ煮	すけとうだら かつお 節	米 かゆ	だいこん チンゲンサイ え のきたけ オクラ 根深ねぎ ぶどう なす たまねぎ は くさい スッキーニ きゅう り
4 18	木	軟飯 豚肉とブロッコ リーのわかか和え スー プ りんご	さつま芋おじや かぶと 小松菜煮	豚肉 かつお節	米 かゆ さつまいも	ブロッコリー もやし にんじ ん チンゲンサイ しめじ り んご かぶ キャベツ こまつ な
5 19	金	軟飯 かれいとほうれん 草のお浸し みそ汁 パ ナナ	青菜おじや なすとカリ フラワー煮	かれい かつお節 み そ いりこ	米 さつまいも かゆ	ほうれんそう にんじん もや し かぶ キャベツ パナナ こまつな たまねぎ なす カ リフラワー チンゲンサイ
6 20	土	軟飯 かぼちやとそぼろ 煮 スープ デラウェア	トマト粥 じゃがいもの 煮物	豚肉	米 でん粉 かゆ じゃがいも	かぼちや きゅうり わかめ 根深ねぎ ぶどう トマト はくさい かぶ
8 22	月	軟飯 鶏肉ときゅうり煮 スープ パナナ	野菜にゆうめん ほうれ ん草の白和え	鶏肉 かつお節 豆腐	米 そうめん	きゅうり にんじん たまね ぎ えのきたけ こまつな バナナ はくさい ほうれん そう
9 23	火	軟飯 鮭と温野菜 みそ 汁 すいか	かぼちやおじや 大根と レタス煮	さけ いりこ みそ	米 じゃがいも かゆ	ブロッコリー にんじん も やし わかめ すいか かぼ ちや だいこん こまつな レタス
10 24	水	スティックパン 高野豆 腐と鶏そぼろ煮 スー プ りんご	ひじき粥 なすのツナ和 え	鶏肉 高野豆腐 まぐ ろ	パン かゆ	ズッキーニ はくさい 根深 ねぎ ほうれんそう りんご ひじき にんじん なす か ぶ
12 26	金	軟飯 豚肉とトマト煮 スープ なし	ブロッコリー入りおじや さつまいもと人参煮	豚肉	米 かゆ さつまいも	もやし なら トマト にんじ ん レタス しめじ なし フ ロッコリー チンゲンサイ
13 27	土	軟飯 かじきと海藻サラ ダ スープ パナナ	スティックパン ズッ キーニとほうれん草煮	かじき	米 砂糖 じゃがいも パン	わかめ たまねぎ きゅうり チンゲンサイ だいこん パ ナナ なす ほうれんそう ズッキーニ
25 31	木 水	軟飯 たらと三色和え すまし汁 デラウェア	しらす入りおじや かぼ ちやとキャベツ煮	すけとうだら かつお 節 しらす干し	米 砂糖 かゆ	にんじん こまつな もやし えのきたけ わかめ 根深ね ぎ こねぎ ぶどう かぼ ちや たまねぎ キャベツ

※食材の都合により献立を変更する場合がございます。



☆8月献立表 離乳食 完了期☆

目安月齢12ヶ月頃～

令和4年8月

港南台保育園

日	曜	昼食	午前おやつ	午後おやつ	3色分類		
					あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
1 15 29	月	ミートソーススパゲティ 白菜サラダ 野菜スープ すいか	かぼちゃポロー牛乳	五平もち 麦茶	豚肉 しらす干し 豆腐 みそ	マカロニ・スパゲティ 油 じゃがいも 米 砂糖 ごま	にんじん たまねぎ ピーマン マッシュルーム トマト はくさい きゅうり わかめ すいか
2 16 30	火	ごはん 筑前煮 ごま酢和え みそ汁 なし	きなこあられ 牛乳	ジャムサンド 豆乳	鶏肉 いらりこ みそ 生揚げ 豆乳	米 さといも 砂糖 ごま パン ジャム	にんじん たけのこ だいこん さやえんどう キャベツ かぼちゃ いらなし
3 17	水	ごはん さばの塩焼き 切干大根の煮物 すまし汁 デラウェア	せんべい牛乳	たこやき風ポテト 牛乳	さば 油揚げ かつお節 牛乳	米 じゃがいも マヨドレ でん粉	こねぎ にんじん だいこん こまつな えのきたけ オクラ 根深ねぎ ぶどう あおのり
4 18	木	カレーライス ブロッコリーのおかか和え スープ メロン	かぼちゃポロー牛乳	黒ゴマゼリー 牛乳	豚肉 牛乳 かつお節 豆乳	米 じゃがいも パター 小麦粉 砂糖 ごま	にんじん たまねぎ トマト ピューレー りんご ブロッコリー もやし チンゲンサイ しめじ メロン てんぐさ
5	金	ごはん カレイの煮つけ ほろね草のお浸し みそ汁 パナナ	きなこあられ 牛乳	米粉のパンケーキ 牛乳	かれい かつお節 みそ いらりこ 牛乳	米 砂糖 ごま さつまいも パター	ほうれんそう にんじん もやし かぶ キャベツ パナナ
6 20	土	ビビンバ丼 ポテトサラダ スープ デラウェア	せんべい牛乳	野菜ブリッツ 牛乳	豚肉 みそ 卵 牛乳	米 砂糖 じゃがいも マヨドレ 小麦粉 油	もやし ほうれんそう にんじん きゅうり わかめ たまねぎ ぶどう
8 22	月	ごはん タンドリーチキン 春雨サラダ スープ パナナ	かぼちゃポロー牛乳	焼きドーナツ 牛乳	鶏肉 ヨーグルト きなこ 卵 牛乳	米 ごま 砂糖 はるさめ ホットケーキミックス 油	きゅうり にんじん たまねぎ えのきたけ こまつな しめじ パナナ
9 23	火	ごはん 鮭のパン粉焼き 温野菜 みそ汁 すいか	きなこあられ 牛乳	かぼちゃもち 牛乳	さけ いらりこ みそ 牛乳	米 小麦粉 パン粉 じゃがいも でん粉 砂糖	にんじん ブロッコリー わかめ だいこん もやし すいか かぼちゃ
10 24	水	ロールパン ズッキーニ入りグラタン キャベツサラダ スープ メロン	せんべい牛乳	ひじき混ぜご飯 麦茶	牛乳 チーズ 鶏肉 油揚げ	パン マカロニ・スパゲティ 小麦粉 パター パン粉 油 砂糖 米	ズッキーニ たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり はくさい 根深ねぎ ほうれんそう メロン ひじき
12 26	金	ごはん いらたま 棒棒鶏サラダ スープ なし	かぼちゃポロー牛乳	さつまいも きんとん 牛乳	豚肉 卵 鶏肉 牛乳	米 砂糖 油 さつまいも パター	たまねぎ いら もやし きゅうり トマト にんじん レタス しめじ なし
13 27	土	ごはん なすと厚揚げの甘辛炒め 海藻サラダ スープ パナナ	せんべい牛乳	きなこラスク 牛乳	生揚げ きなこ 牛乳	米 砂糖 油 じゃがいも パン パター	たまねぎ なす にんじん こねぎ わかめ きゅうり チンゲンサイ だいこん パナナ
19	金	しょういめし カレイの煮つけ ほうれん草のお浸し 泥亀汁 パナナ	きなこあられ 牛乳	幸福豆 牛乳	油揚げ かれい かつお節 いらりこ みそ だいず 牛乳	米 砂糖 ごま 油	にんじん ほうれんそう もやし たまねぎ なす パナナ
25 31	木 水	ふりかけごはん 豚肉のカラフル炒め 三色和え すまし汁 デラウェア	かぼちゃポロー牛乳	25日:米粉スコーン 牛乳 31日:米粉の小松菜とバナナケーキ 牛乳	しらす干し 豚肉 かつお節 豆乳 牛乳	米 ごま 油 砂糖 パター	あおのり ピーマン たまねぎ にんじん こまつな もやし えのきたけ わかめ こねぎ ぶどう パナナ

給食MEMO		月平均栄養量(幼児)
<ul style="list-style-type: none"> 午前おやつは、3歳未満児のみの提供となります。 19日☆食育の日☆滋賀県の郷土料理になります。 「しょういめし」しょうゆを使って炊いたごはんになります。(炊き込みごはん) 「泥亀汁」なすとごまの入ったみそ汁になります。 「幸福豆(こぶくまめ)」米粉と大豆を使ったパンケーキになります。 31日☆お楽しみおやつ 「米粉の小松菜とバナナケーキ」になります。 食材の都合により献立を変更する場合がございます。 		<ul style="list-style-type: none"> エネルギー：526kcal たんぱく質：20.1g カルシウム：220mg 食塩：1.5g
		<ul style="list-style-type: none"> 月平均栄養量(乳児) エネルギー：489kcal たんぱく質：18.6g カルシウム：275mg 食塩：1.3g

