



令和7年8月 離乳食 献立表



朝霞市保育園

日	曜日	献立名		主 な 材 料 名		
		昼 食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 29	金	軟飯 じゃが芋のそぼろ煮 ピーマン昆布茶和え 小松菜とえのき茸すまし汁	じゃが芋軟飯 玉ねぎと人参すまし汁 すいか	はいが精米／じゃが芋 ／菜種油／上白糖	豚ひき肉／花かつお ／出し昆布	玉葱／もやし／人参 ／ピーマン／小松菜 ／えのき茸／すいか
2 30	土	軟飯 なすのそぼろみそ煮 スティックきゅうり わかめスープ	スープビーフン 人参甘煮	はいが精米／片栗粉 ／菜種油／上白糖／ ビーフン	豚ひき肉／味噌／わ かめ	なす／玉葱／きゅう り／人参
4 18	月	軟飯 鶏肉団子の照り焼き フレンチサラダ とうがんみそ汁	洋風リゾット キャベツと人参スープ	はいが精米／片栗粉 ／菜種油／上白糖	鶏ひき肉／煮干し／ 味噌／豚ひき肉	玉葱／キャベツ／ きゅうり／人参／と うがん
5	火	軟飯 かじきの香味焼き もやしのおかか和え なすみそ汁	にゅうめん 人参スティック	はいが精米／ごま油 ／そうめん(乾)	かじき／花かつお／ 煮干し／味噌／出し 昆布	長ねぎ／もやし／な す／人参／小松菜
19	火	軟飯 かじきのムニエル レモンドレッシングサラダ 納豆みそ汁	ポテトリゾット トマトスープ	はいが精米／小麦粉 ／菜種油／上白糖／ じゃが芋	かじき／挽きわり納 豆／煮干し／味噌	人参／きゅうり／ト マト／レモン／玉葱 ／なす
6 20	水	軟飯 クリームシチュー グリーンサラダ	ズッキーニリゾット ブロッコリーと人参スープ	はいが精米／じゃが 芋／菜種油／米粉／ 上白糖	鶏ひき肉／豆乳	玉葱／人参／コンク リーム 缶／キャベツ／きゅ うり／ブロッコリー ／ズッキーニ
7 21	木	軟飯 鮭の塩焼き 切干大根の煮物 ほうれん草すまし汁	ジャージャー麺 きゅうりスープ	はいが精米／菜種油 ／上白糖／そうめん (乾)／片栗粉	鮭／豚ひき肉／味噌 ／出し昆布／花かつ お	切干大根／人参／ほ うれん草／ぶなしめ じ／きゅうり
8	金	軟飯 ミートローフ 三色ナムル オクラとコンスープ	トースト キャロットポタージュ	はいが精米／片栗粉 ／菜種油／ごま油／ 上白糖／食パン	豚ひき肉／豆乳	玉葱／人参／もやし ／きゅうり／オクラ ／粒コーン缶／パセ リ(乾)
22	金	軟飯 ミートローフ 三色ナムル オクラとコンスープ	オクラのリゾット キャロットポタージュ	はいが精米／片栗粉 ／菜種油／ごま油／ 上白糖	豚ひき肉／豆乳	玉葱／人参／もやし ／きゅうり／オクラ ／粒コーン缶／パセ リ(乾)
9 23	土	軟飯 豆腐のそぼろ煮 ポイル野菜 玉ねぎとえのき茸みそ汁	みそ軟飯 ブロッコリーすまし汁	はいが精米／上白糖	木綿豆腐／鶏ひき肉 ／煮干し／味噌／出 し昆布	人参／玉葱／ブロッ コリー／えのき茸
25	月	軟飯 グリルチキン ラタトゥイユ 春雨とわかめスープ	おかか軟飯 かぼちゃと玉ねぎみそ汁	はいが精米／菜種油 ／国産はるさめ	若鶏肉モモ／わかめ ／花かつお／煮干し ／味噌	ズッキーニ／なす／ トマト／玉葱／かぼ ちゃ
12 26	火	軟飯 肉じゃが キャベツのごま和え 大根すまし汁	キャベツ軟飯 じゃが芋みそ汁 りんご寒天	はいが精米／じゃが 芋／菜種油／上白糖 ／片栗粉／白ごま(す り)	豚ひき肉／出し昆布 ／煮干し／味噌／粉 かんでん／花かつお	人参／玉葱／キャベ ツ／大根／長ねぎ／ りんごジュース
13 27	水	軟飯 バーベキューポーク 粉ふき芋 キャベツスープ	すりごま軟飯 ポテトスープ	はいが精米／上白糖 ／菜種油／片栗粉／ じゃが芋／白ごま(す り)	豚ひき肉／青のり／ 出し昆布	玉葱／キャベツ／人 参
14 28	木	軟飯 鶏肉の照り煮 ひじきの煮つけ さつま芋と玉ねぎみそ汁	塩昆布軟飯 玉ねぎすまし汁	はいが精米／片栗粉 ／菜種油／上白糖／ さつま芋	若鶏肉モモ／干ひじ き／煮干し／味噌／ 塩昆布／出し昆布	人参／玉葱
15	金	軟飯 ツナハヤシシチュー マカロニサラダ	人参軟飯 マカロニスープ 水ようかん	はいが精米／菜種油 ／米粉／マカロニ／ マヨドレ／こしあん	ツナ缶／出し昆布／ 粉かんでん	玉葱／人参／トマト ジュース／粒コーン 缶／パセリ(乾)
16	土	軟飯 凍り豆腐と野菜の煮物 春雨とわかめ酢の物 じゃが芋みそ汁	わかめ軟飯 大根みそ汁	はいが精米／上白糖 ／国産はるさめ／ じゃが芋	凍り豆腐／わかめ／ 煮干し／味噌／わか めごはんのもと／煮 干し	大根／人参／玉葱



★食材の都合により献立を一部変更する場合がありますのでご了承ください。

★毎月19日は食育の日です。