



令和2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	土	軟飯 豚肉のくわ焼き もやしの中華和え キャベツスープ	小松菜軟飯 もも寒天	はいが精米/菜種油/ ごま油/上白糖/片栗 粉	豚ロース/粉かんでん もやし/小松菜/人参 /キャベツ/玉葱/り んご ジュース/白桃 缶
3	24	月	軟飯 豚肉の炒め煮 野菜のおかか和え えのきと人参みそ汁	枝豆軟飯 野菜スープ	はいが精米/菜種油	豚ロース/花かつお/ 煮干し/味噌/出し昆 布
4	18	火	軟飯 むきカレイのおろし煮 ブロッコリーの昆布茶漬け いんげんとトマトスープ	とうもろこしリゾット 大根みそ汁	はいが精米/上白糖	むきカレイ/煮干し/ 味噌
19	水	軟飯 鶏肉の照り煮 もやし和え物 コーンスープ	人参軟飯 にゅうめん	はいが精米/片栗粉/ 菜種油/そうめん(乾)	若鶏肉モモ/豆乳/出 し昆布	もやし/きゅうり/玉 葱/コンクリーム缶/パセ リ(乾)/人参
5	26	水	軟飯 クリームシチュー カラフルサラダ	リゾット すいか	はいが精米/じゃが芋 /菜種油/米粉/上白 糖	豚ひき肉/豆乳
6	20	木	軟飯 むきカレイ照り焼き 青菜のり和え なすと人参みそ汁	じゃが芋軟飯 ほうれん草のスープ	はいが精米/上白糖/ じゃが芋	むきカレイ/刻みのり /煮干し/味噌/出し 昆布
7	21	金	軟飯 豆腐チャンプルー 中華きゅうり もやしスープ すいか	トースト 人参ポタージュ	はいが精米/上白糖/ ごま油/食パン/菜種 油	木綿豆腐/豚ひき肉/ 花かつお/豆乳
8	22	土	軟飯 鶏肉のみそ漬け焼き スティック野菜 オクラとエノキのスープ	こんぶ軟飯 野菜みそ汁	はいが精米/上白糖/ 菜種油/片栗粉	若鶏肉モモ/味噌/塩 昆布/煮干し
11	25	火	軟飯 むきカレイの煮つけ オクラの納豆和え なすと玉ねぎみそ汁	洋風キャベツ軟飯 オクラみそ汁	はいが精米/片栗粉	むきカレイ/挽きわり 納豆/煮干し/味噌
12	水	軟飯 ハヤシシチュー ポテトサラダ	野菜軟飯 じゃが芋みそ汁 水ようかん	はいが精米/菜種油/ 米粉/じゃが芋/マヨ ドレ/こしあん/上白 糖	鶏ひき肉/出し昆布/ 煮干し/味噌/粉か んでん	
13	27	木	軟飯 豚肉の漬け焼き 野菜の浅漬け かぼちゃと玉ねぎみそ汁	かぼちゃ軟飯 根菜スープ	はいが精米/菜種油	豚ロース/煮干し/味 噌/出し昆布
14	28	金	軟飯 14日)豆腐ステーキ 28日)グリルチキン ラタトゥユ 野菜スープ	人参軟飯 なすみそ汁	はいが精米/菜種油	14日)木綿豆腐 28日)若鶏肉モモ /出し昆布/煮干し/ 味噌
15	土	軟飯 ツナじゃが煮 ひじきの煮つけ 春雨スープ	コーン軟飯 玉ねぎみそ汁	はいが精米/じゃが芋 /上白糖/菜種油/国 産はるさめ	ツナ缶/干ひじき/生 わかめ/煮干し/味噌	
17	31	月	軟飯 高野豆腐の煮物 かぶのゆかり和え 玉ねぎみそ汁	あおりの軟飯 かぶスープ	はいが精米/上白糖	凍り豆腐/味噌/生わ かめ/青のり/出し昆 布/削り節



- ★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。
- ★6日、20日は朝霞市農産物直売組合の野菜を使用します。
- ★毎月19日は食育の日です。