



令和6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	木	軟飯 肉団子ごまみそ焼き とうがんの煮物 人参とえのきすまし汁	冷やしそうめん スティックきゅうり	はいが精米/片栗粉/白 ごま(すり)/上白糖/ 菜種油/そうめん(乾)	豚ひき肉/味噌/花かつ お/出し昆布	玉葱/とうがんに/人参/ えのき茸/きゅうり
2	30	金	軟飯 グリルチキン ラタトゥイユ チンゲン菜スープ	トースト かぼちゃのポタージュ	はいが精米/菜種油/食 パン	若鶏肉モモ/豆乳	ズッキーニ/なす/トマ ト/玉葱/かぼちゃ/ち んげん菜/人参/粒コー ン缶
3	31	土	軟飯 鶏肉団子の照り焼き きゅうり昆布和え じゃが芋とわかめみそ汁	五平もち きゅうりすまし汁	はいが精米/片栗粉/菜 種油/じゃが芋/上白糖 /白ごま(すり)	鶏ひき肉/塩昆布/生わか め/煮干し/味噌/出 し昆布	玉葱/きゅうり
5	19	月	軟飯 ミートローフ キャベツのサラダ ポテトスープ	枝豆軟飯 キャベツみそ汁	はいが精米/片栗粉/菜 種油/上白糖/じゃが芋	豚ひき肉/出し昆布/煮 干し/味噌	玉葱/人参/キャベツ/ きゅうり/枝豆
6		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	スープビーフン 人参スティック	はいが精米/ごま油/ ビーフン/菜種油	かじき/花かつお/煮干 し/味噌	長ねぎ/もやし/なす/ 人参/玉葱/ピーマン
20		火	軟飯 かじきの煮つけ 夏野菜ナムル オクラと豆腐みそ汁	オクラ軟飯 きゅうりスープ 水ようかん	はいが精米/片栗粉/ご ま油/上白糖/こしあん	かじき/木綿豆腐/煮干 し/味噌/出し昆布/粉 かんでん	きゅうり/人参/粒コー ン缶/オクラ/長ねぎ
7	21	水	軟飯 クリームシチュー グリーンサラダ	玉ねぎリゾット キャベツと人参スープ	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/コンカーム缶 /キャベツ/きゅうり/ ブロッコリー
8	22	木	軟飯 鮭の塩焼き きゅうりと人参の和え物 ほうれん草すまし汁	しめじ軟飯 ほうれん草のみそ汁	はいが精米/菜種油/上 白糖	鮭/出し昆布/煮干し/ 味噌/花かつお	きゅうり/人参/ほうれ ん草/ぶなしめじ
9	23	金	軟飯 肉じゃが 三色ナムル なすとえのきみそ汁	じゃが芋軟飯 玉ねぎと人参すまし汁	はいが精米/じゃが芋/ 菜種油/上白糖/片栗粉/ ごま油	豚ひき肉/煮干し/味噌 /出し昆布	人参/玉葱/もやし/ きゅうり/なす/えのき 茸
10		土	軟飯 豆腐の野菜あん ポイル野菜二種 オニオンスープ	コーンお焼き ブロッコリースープ	はいが精米/片栗粉/上 白糖/じゃが芋/菜種油	木綿豆腐	玉葱/人参/ブロッコ リー/えのき茸/粒コー ン缶
24		土	軟飯 豆腐のそぼろ煮 ポイル野菜二種 オニオンスープ	コーンお焼き ブロッコリースープ	はいが精米/上白糖/ じゃが芋/片栗粉/菜種 油	木綿豆腐/豚ひき肉	人参/玉葱/ブロッコ リー/えのき茸/粒コー ン缶
26		月	軟飯 なすのそぼろみそ煮 もやしナムル わかめスープ	おかか軟飯 もやしとコーンみそ汁	はいが精米/片栗粉/菜 種油/上白糖/ごま油	豚ひき肉/味噌/生わか め/花かつお/煮干し	なす/玉葱/もやし/人 参/粒コーン缶
13	27	火	軟飯 凍り豆腐と野菜の煮物 キャベツのごま和え オクラと人参すまし汁	キャベツ軟飯 大根のみそ汁 りんご寒天	はいが精米/上白糖/白 ごま(すり)	凍り豆腐/出し昆布/煮 干し/味噌/粉かんでん /花かつお	大根/人参/キャベツ/ オクラ/長ねぎ/りんご ジュース/りんご缶
14	28	水	軟飯 ツナハヤシシチュー マカロニサラダ	人参軟飯 じゃが芋と玉ねぎみそ汁	はいが精米/菜種油/米 粉/マカロニ/マヨドレ /じゃが芋	ツナ缶/出し昆布/煮干 し/味噌	玉葱/人参/トマト ジュース/キャベツ/ きゅうり
15		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	野菜うどん さつま芋甘煮	はいが精米/片栗粉/菜 種油/上白糖/さつま芋 /干しうどん	若鶏肉モモ/干ひじき/ 煮干し/味噌/出し昆布 /花かつお	人参/玉葱/長ねぎ
16		金	軟飯 じゃが芋のそぼろ煮 春雨とわかめ酢の物 とうがんにみそ汁	スープビーフン 人参スティック	はいが精米/じゃが芋/ 菜種油/上白糖/国産は るさめ/ビーフン/片栗 粉	豚ひき肉/生わかめ/煮 干し/味噌	人参/玉葱/とうがんに
17		土	軟飯 バーベキューチキン 粉ふき芋 春雨スープ	とうもろこしリゾット じゃが芋のスープ	はいが精米/上白糖/菜 種油/片栗粉/じゃが芋 /国産はるさめ	鶏ひき肉/青のり/生わか め	玉葱/粒コーン缶



★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。