



# 離乳後期献立予定表

ベビーかろーれ 令和4年 8月

日	曜	昼食		午後おやつ		
		献立	材料	献立名	材料	
1	15	月	ささみと野菜の煮込みうどん わかめのすまし汁	うどん、昆布出汁、ささみ、にんじん、たまねぎ、里芋、わかめ	むしパン	薄力粉、ベーキングパウダー、牛乳
2	16	火	5倍がゆ しらすと野菜の煮物 青菜のお味噌汁	精白米、昆布出汁、しらす、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ほうれんそう	フルーツサンド	食パン、バナナ、ヨーグルト
3	17	水	5倍がゆ とりひき肉と野菜の煮物 にんじんともやしのスープ	精白米、昆布出汁、とりひき肉、にんじん、ほうれんそう、たまねぎ、もやし	こぶき芋	じゃがいも、青のり
4	18	木	5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 ほうれんそうのすまし汁	精白米、昆布出汁、白身魚、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー、ほうれんそう	牛乳かん	牛乳、寒天
5	19	金	5倍がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 たまねぎとコーンのスープ	精白米、昆布出汁、高野豆腐、キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン	5日：ゆでとうもろこし 19日：青菜とツナのおにぎり	とうもろこし/ 精白米、小松菜、ツナ
6	20	土	とりひき肉と野菜の煮込みうどん キャベツのスープ	うどん、昆布出汁、とりひき肉、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、キャベツ	焼きおにぎり	精白米、ごま
8	22	月	5倍がゆ ささみと野菜の煮物 じゃがいものお味噌汁	精白米、昆布出汁、ささみ、にんじん、小松菜、キャベツ、ひじき、じゃがいも、たまねぎ	いももち	じゃがいも
9	23	火	5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 小松菜のお味噌汁	精白米、昆布出汁、豆腐、ほうれんそう、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、小松菜	にんじんとオレンジのゼリー	にんじん、オレンジ、寒天
10	24	水	ささみと野菜の煮込みそうめん ほうれんそうとわかめのすまし汁	そうめん、昆布出汁、ささみ、にんじん、キャベツ、コーン、ほうれんそう、わかめ	夕焼けおにぎり	精白米、にんじん、かつお節
-	25	木	5倍がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 ちんげん菜のスープ	精白米、昆布出汁、高野豆腐、にんじん、たまねぎ、キャベツ、ちんげん菜	じゃがいもとコーンのおやき	じゃがいも、コーン
12	26	金	5倍がゆ とりひき肉と野菜の煮物 キャベツのスープ	精白米、昆布出汁、とりひき肉、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、キャベツ	12日：バナナヨーグルト 26日：牛乳かん	ヨーグルト、バナナ/ 牛乳、寒天
13	27	土	5倍がゆ しらすと野菜の煮物 にんじんのスープ	精白米、昆布出汁、しらす、たまねぎ、ほうれんそう、ブロッコリー、にんじん	むしパン	薄力粉、ベーキングパウダー、牛乳
-	29	月	ささみと野菜の煮込みうどん たまねぎとにんじんのスープ	うどん、昆布出汁、ささみ、たまねぎ、コーン、かぼちゃ、にんじん	マッシュポテト	じゃがいも
-	30	火	5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 わかめのお味噌汁	精白米、昆布出汁、白身魚、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、ほうれんそう、わかめ	お野菜スープ	たまねぎ、にんじん、コーン、マカロニ
-	31	水	5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 もやしのスープ	精白米、昆布出汁、豆腐、にんじん、キャベツ、たまねぎ、もやし	バナナむしパン	バナナ、薄力粉、ベーキングパウダー、牛乳

\*午前の子供用おやつについて\*  
月齢や、個々の成長に応じたもの（ポーロ、おせんべいなど）を提供します。（生活リズムにより提供しないこともあります）

※都合により献立を変更することがございます。  
ご了承ください。

