

令和 元年 8月分 9~11ヵ月 (パクパク期)



日付	献立表	主食	おやつ		材料名		
			午前	午後	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	木 豚肉のうま煮 ほうれん草のおかか和え みそ汁 (豆腐・しめじ)	五倍粥 ~軟飯	ハイハイ	ヨーグルト	・おかゆ	・豚肉 ・豆腐	・人参・たまねぎ ・ほうれん草 ・もやし・しめじ
2	金 ラタトゥユ風 スパサラ みそ汁 (小松菜)	五倍粥 ~軟飯	ひじきせんべい	マンナビスケット	・おかゆ ・じゃがいも ・スパゲティ	・豚ひき肉 ・大豆	・たまねぎ・人参 ・きゅうり ・小松菜・しめじ
3	土 そうめん チーズポテト バナナ	そうめん	ヨーグルト	せんべい	・そうめん ・じゃがいも	・豚肉 ・チーズ	・キャベツ・もやし ・たまねぎ・トマト ・バナナ
5 19	月 スチームドフィッシュ 小松菜のソテー みそ汁 (キャベツ)	五倍粥 ~軟飯	ハイハイ	ヨーグルト	・おかゆ	・さけ	・たまねぎ・わかめ ・小松菜 ・キャベツ
6 20	火 鶏の甘辛煮 切干大根煮つけ みそ汁 (豆腐)	五倍粥 ~軟飯	お野菜 すなっく	ウエハース	・おかゆ	・鶏肉 ・豆腐	・切干大根 ・人参
7 21	水 肉じゃが ツナ和え みそ汁 (もやし)	五倍粥 ~軟飯	小魚あられ	せんべい	・おかゆ	・豚肉 ・ツナ	・人参・たまねぎ ・キャベツ・わかめ ・もやし
8 22	木 豚肉の照り焼き 野菜ソテー バナナ みそ汁 (小松菜・麩)	五倍粥 ~軟飯	小魚とひじき のおこめせん	小松菜とほうれん草 のビスケット	・おかゆ	・豚肉	・キャベツ・バナナ ・小松菜・人参 ・ブロッコリー
9 23	金 ミートライス 春雨サラダ スープ	五倍粥 ~軟飯	マンナビスケット	ヨーグルト	・おかゆ ・春雨	・豚ひき肉	・たまねぎ ・人参・トマト ・きゅうり
10 24	土 煮そうめん チーズポテト バナナ	そうめん	ハイハイ	せんべい	・そうめん ・じゃがいも	・チーズ	・きゅうり・わかめ ・トマト ・バナナ
26	月 赤魚の煮つけ 小松菜ともやしのソテー みそ汁 (豆腐)	五倍粥 ~軟飯	お野菜 すなっく	ヨーグルト	・おかゆ	・赤魚 ・豆腐	・人参 ・もやし ・小松菜
13 27	火 マカロニナポリタン 野菜煮 スープ 肉じゃが 春雨サラダ みそ汁 (麩)	マカロニ 五倍粥 ~軟飯	ウエハース ひじきせんべい	せんべい 小松菜とほうれん草 のビスケット	・マカロニ ・じゃがいも ・じゃがいも ・春雨	・豚ひき肉 ・豚肉	・人参 ・たまねぎ ・たまねぎ・人参 ・もやし・大根 ・きゅうり
14 28	水 パン粥 じゃがもとキャベツのソテー スープ (キャベツ) 鶏肉と野菜の和風煮 春雨ソテー みそ汁 (わかめ・しめじ)	パン粥 五倍粥 ~軟飯	ヨーグルト マンナビスケット	せんべい お野菜 すなっく	・パン粥 ・じゃがいも ・おかゆ ・じゃがいも ・春雨	・鶏肉	・人参・わかめ ・ほうれん草 ・しめじ
15 29	木 そうめん チーズポテト バナナ 炒り豆腐 野菜ソテー バナナ スープ (わかめ)	そうめん 五倍粥 ~軟飯	ハイハイ ウエハース	せんべい 小魚とひじき のおこめせん	・そうめん ・じゃがいも ・おかゆ	・チーズ ・豚肉 ・豚ひき肉 ・豆腐	・キャベツ ・もやし・トマト ・たまねぎ・バナナ ・人参・ねぎ・わかめ ・にら・キャベツ ・ブロッコリー・バナナ
16 30	金 パン粥 ツナポテト バナナ 豆腐ハンバーグ マッシュかぼちゃ みそ汁 (葱)	パン粥 五倍粥 ~軟飯	ヨーグルト マンナビスケット	せんべい 小魚あられ	・パン粥 ・じゃがいも ・おかゆ	・ツナ ・豚ひき肉 ・豆腐	・トマト ・バナナ ・たまねぎ ・かぼちゃ ・人参・えのき
17 31	土 うどん チーズポテト バナナ	うどん	ウエハース	せんべい	・うどん ・じゃがいも	・チーズ	・きゅうり・わかめ ・トマト ・バナナ

※13日(火)~16日(金)はお盆時期の為、土曜日のメニューになります。