

令和7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 | 金 | 鶏肉のうま煮 きゅうりの和え物 みそ汁 バナナ | 五倍粥 ～軟飯 | お野菜せんべい | ほうれん草と 小松菜の ビスケット | ・おかゆ・春雨 ・お野菜せんべい ・ほうれん草と小松菜のビスケット | ・鶏肉 ・豆腐 | ・玉ねぎ・わかめ ・人参・みかん缶 ・きゅうり・バナナ |
| 2 | 土 | 冷やしうどん チーズポテト バナナ | うどん | ヨーグルト | せんべい | ・うどん ・じゃがいも ・せんべい | ・粉チーズ ・ヨーグルト | ・きゅうり ・わかめ ・バナナ |
| 4 | 月 | 豚肉の甘辛煮 かぼちゃの甘煮 みそ汁 | 五倍粥 ～軟飯 | ハイハイン | お野菜すなっく | ・おかゆ ・ハイハイン ・お野菜すなっく | ・豚肉 | ・玉ねぎ・えのき ・人参 ・かぼちゃ |
| 5 | 火 | 赤魚の煮つけ マカロニサラダ みそ汁 | 五倍粥 ～軟飯 | 小魚せんべい | みかん缶 | ・おかゆ・じゃがいも ・マカロニ ・小魚せんべい | ・赤魚 | ・玉ねぎ・ニラ ・きゅうり・みかん缶 ・人参 |
| 6 | 水 | 鶏肉の甘辛煮 ひじきサラダ みそ汁 バナナ | 五倍粥 ～軟飯 | お野菜せんべい | マンナビスケット | ・おかゆ ・お野菜せんべい ・マンナビスケット | ・鶏肉 | ・ひじき・玉ねぎ ・きゅうり・わかめ ・人参・バナナ |
| 7 | 木 | 豆腐ハンバーグ じゃが芋とツナの煮物 みそ汁 | 五倍粥 ～軟飯 | ひじきせんべい | 栗かぼちゃと さつまいもの クッキー | ・おかゆ・じゃがいも ・ひじきせんべい ・栗かぼちゃとさつまいものクッキー | ・豚ひき肉 ・豆腐 ・ツナ | ・ひじき・玉ねぎ ・人参 ・小松菜 |
| 8 | 金 | 鮭のムニエル きゅうりの和え物 みそ汁 | 五倍粥 ～軟飯 | ウエハース | 動物ビスケット | ・おかゆ ・ウエハース ・動物ビスケット | ・鮭 | ・きゅうり ・わかめ ・キャベツ |
| 22 | 金 | 煮込みうどん もやしの和え物 ヨーグルト | うどん | 小魚せんべい | バナナ | ・うどん ・じゃがいも ・小魚せんべい | ・豚肉 ・鶏肉 ・ヨーグルト | ・キャベツ・もやし ・玉ねぎ・バナナ ・人参 |
| 9 | 土 | 冷やしうどん チーズポテト バナナ | うどん | ヨーグルト | せんべい | ・うどん ・じゃがいも ・せんべい | ・粉チーズ ・ヨーグルト | ・きゅうり ・わかめ ・バナナ |
| 25 | 月 | メンチカツ風 かぼちゃサラダ みそ汁 バナナ | 五倍粥 ～軟飯 | ハイハイン | お野菜すなっく | ・おかゆ ・ハイハイン ・お野菜すなっく | ・豚ひき肉 ・豆腐 | ・玉ねぎ・バナナ ・かぼちゃ ・きゅうり |
| 12 | 火 | 豚肉と野菜の炒め煮 にんじんサラダ みそ汁 | 五倍粥 ～軟飯 | ウエハース | マンナビスケット | ・おかゆ・じゃがいも・鮭 ・ウエハース ・マンナビスケット | ・豚肉 | ・人参 ・玉ねぎ ・きゅうり |
| 13 | 水 | パン粥 キャベツサラダ バナナ | パン粥 | ヨーグルト | せんべい | ・パン ・せんべい | ・粉ミルク ・ヨーグルト | ・キャベツ ・バナナ |
| 27 | 水 | 豆腐のそぼろ煮 小松菜の和え物 みそ汁 | 五倍粥 ～軟飯 | お野菜せんべい | ほうれん草と 小松菜の ビスケット | ・おかゆ ・お野菜せんべい ・ほうれん草と小松菜のビスケット | ・豆腐 ・鶏ひき肉 | ・人参・小松菜 ・玉ねぎ・さつまいも ・しいたけ・ねぎ |
| 14 | 木 | 冷やしうどん チーズポテト ヨーグルト | うどん | せんべい | 動物ビスケット | ・うどん・じゃがいも ・せんべい ・動物ビスケット | ・粉チーズ ・ヨーグルト | ・きゅうり ・わかめ |
| 28 | 木 | 鶏肉のうま煮 春雨サラダ みそ汁 | 五倍粥 ～軟飯 | ウエハース | バナナ | ・おかゆ ・春雨 ・ウエハース | ・鶏肉 | ・もやし・わかめ ・きゅうり・バナナ ・玉ねぎ |
| 15 | 金 | スパゲティー にんじんサラダ みかん缶 | スパゲ ティー | ヨーグルト | せんべい | ・スパゲティー | ・ヨーグルト ・豚肉 | ・人参・キャベツ ・玉ねぎ ・みかん缶 |
| 29 | 金 | 豚肉と夏野菜の炒め煮 にんじんサラダ みそ汁 | 五倍粥 ～軟飯 | ひじきせんべい | 栗かぼちゃと さつまいもの クッキー | ・おかゆ・じゃがいも・鮭 ・ひじきせんべい ・栗かぼちゃとさつまいものクッキー | ・豚肉 | ・かぼちゃ・トマト ・人参 ・玉ねぎ |
| 16 | 土 | 煮込みうどん チーズポテト ヨーグルト | うどん | せんべい | お野菜すなっく | ・うどん・じゃがいも ・せんべい ・お野菜すなっく | ・豚肉 ・粉チーズ ・ヨーグルト | ・キャベツ・もやし ・玉ねぎ ・人参 |
| 30 | 土 | スパゲティー チーズポテト バナナ | スパゲ ティー | ヨーグルト | せんべい | ・スパゲティー ・じゃがいも ・せんべい | ・豚ひき肉 ・粉チーズ ・ヨーグルト | ・人参 ・玉ねぎ ・バナナ |