



# 令和7年度8月離乳食献立予定表

あゆみ保育園

給食 野口 奈々

暑さも本番になってきました。乳幼児期は、大人よりも汗をかきやすいので、暑い時期の水分不足による脱水症状には十分注意しましょう。園の給食でも、水分の多い夏野菜などの食材を献立に取り入れています。

また、屋内にいても熱中症が起こることはあるので、ご家庭でもこまめな水分補給や部屋の温度調整に気をつけましょう。



日	曜日	初期 (1回食となります)	中期 (午後食はありません)		後期		
		メニューと食材	メニュー	食材	昼食	午後食	食材
1	金	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 カレイのトロみ煮 胡瓜のだし煮 だし汁 バナナ	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ 胡瓜 バナナ	5倍粥 カレイの甘辛煮 胡瓜のツナ煮 豆腐と若布のスープ バナナ	野菜粥	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ 胡瓜 ツナ 豆腐 若布 バナナ
28	木						
2	土	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	柔らか鶏のおかゆ 彩野菜の汁椀 だし汁 バナナ	精白米 玉ねぎ 鶏ほぐし身 人参 じゃが芋 さやいんげん バナナ	ツナと野菜の 炊き込みごはん 筑前煮 じゃが芋と若布の味噌汁 バナナ	鮭と根菜の 炊き込み ごはん	精白米 人参 ツナ缶 いんげん ごぼう 里芋 じゃが芋 若布 鮭 しいたけ バナナ キャベツ 大根 ピーマン ブロッコリー 鮭 ほうれん草
16							
4	月	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	7倍粥 豆腐のトロみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	精白米 豆腐 人参 玉ねぎ バナナ	5倍粥 豆腐の甘辛煮 小松菜のくったり煮 若布のスープ バナナ	うどん粥	精白米 豆腐 鶏肉 人参 玉ねぎ 小松菜 もやし 若布 うどん バナナ
5	火	10倍粥ペースト 人参ペースト	パン粥 カレイのトロみ煮 キャベツのくったり煮 だし汁 バナナ	食パン カレイ 人参 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ バナナ	トースト カレイの洋風煮 パプリカのツナ煮 野菜スープ バナナ	青菜粥	食パン カレイ 精白米 人参 玉ねぎ ツナ ほうれん草 青ピーマン キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン バナナ
6	水	10倍粥ペースト ブロッコリーペースト	うどん粥 鶏肉のトロみ煮 ブロッコリーの柔らか煮 だし汁 バナナ	うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ バナナ	野菜うどん 鶏肉の甘辛煮 ブロッコリーの柔らか煮 バナナ	人参粥	うどん 鶏肉 青ピーマン 人参 玉ねぎ もやし ブロッコリー トマト 青梗菜 キャベツ 若布 精白米 バナナ
7	木	10倍粥ペースト 大根ペースト	7倍粥 鶏肉のトロみ煮 野菜の納豆煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 納豆 キャベツ 大根 バナナ	5倍粥 鶏肉の和風煮 小松菜の納豆煮 大根のみそ汁 バナナ	野菜粥	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 納豆 キャベツ 大根 もやし 青ピーマン 小松菜 バナナ
8	金	10倍粥ペースト 南瓜ペースト	うどん粥 カレイのトロみ煮 南瓜の柔らか煮 だし汁 バナナ	うどん カレイ 玉ねぎ 人参 南瓜 ほうれん草 さつまいも バナナ	野菜うどん カレイの甘辛煮 南瓜の柔らか煮 バナナ	芋粥	うどん カレイ 精白米 玉ねぎ 人参 もやし 南瓜 ほうれん草 さつまいも バナナ
29							
9	土	10倍粥ペースト 人参ペースト	さつまいもと南瓜のお粥 白身魚と野菜の洋風煮込み だし汁 バナナ	精白米 人参 南瓜 鰯 豆乳 さつまいも りんご 玉ねぎ じゃが芋 バナナ	鶏と野菜のリゾット 鮭のホワイトシチュー 豆腐と若布の味噌汁 バナナ	ツナときのこの リゾット	精白米 鶏肉 鮭 豆腐 玉ねぎ 人参 若布 南瓜 ブロッコリー じゃが芋 舞茸 ツナ バナナ キャベツ 椎茸
23							
12	火	10倍粥ペースト 人参ペースト	パン粥 鶏肉のトロみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	食パン 鶏肉 玉ねぎ 人参 なす ほうれん草 バナナ	トースト 鶏肉の洋風煮 野菜煮 オニオンスープ バナナ	人参粥	食パン 鶏肉 ツナ 玉ねぎ 人参 なす ほうれん草 黄ピーマン 精白米 バナナ

日	曜日	初期 (1回食となります)		中期 (午後食はありません)		後期		
		メニューと食材		メニュー	食材	昼食	午後食	食材
13	水	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト		7倍粥 鶏肉のとろみ煮 胡瓜のくったり煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 胡瓜 なす 南瓜 バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 胡瓜のくったり煮 野菜スープ バナナ	野菜粥	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 胡瓜 なす 南瓜 ツナ トマト 青ピーマン バナナ
14	木	10倍粥ペースト 大根ペースト		うどん粥 カレイのとろみ煮 大根のだし煮 だし汁 バナナ	うどん カレイ 人参 玉ねぎ 大根 さつまい 胡瓜 バナナ	野菜うどん カレイの甘辛煮 大根のだし煮 バナナ	青菜粥	うどん カレイ 精白米 人参 玉ねぎ 大根 さつまい 胡瓜 黄ピーマン 小松菜 若布 バナナ
15	金	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト		7倍粥 鶏肉のとろみ煮 胡瓜の柔らか煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 豆腐 玉ねぎ 胡瓜 なす バナナ	5倍粥 鶏肉の和風煮 胡瓜のツナ煮 なすと小松菜のみそ汁 バナナ	野菜粥	精白米 鶏肉 人参 豆腐 ツナ 玉ねぎ 胡瓜 なす 小松菜 バナナ
18	月	10倍粥ペースト 人参ペースト		7倍粥 カレイのとろみ煮 野菜の納豆煮 だし汁 バナナ	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ 納豆 さつまい 大根 バナナ	5倍粥 カレイの和風煮 野菜の納豆煮 さつまいと大根のみそ汁 バナナ	人参粥	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ 納豆 さつまい 大根 バナナ
19	火	10倍粥ペースト じゃが芋ペースト		パン粥 鶏肉のとろみ煮 キャベツのくったり煮 だし汁 バナナ	食パン 鶏肉 玉ねぎ 人参 豆腐 じゃが芋 キャベツ 胡瓜 ほうれん草 バナナ	トースト 鶏肉の洋風煮 キャベツのくったり煮 野菜スープ バナナ	うどん粥	食パン 鶏肉 うどん 玉ねぎ 人参 ツナ 豆腐 じゃが芋 キャベツ 胡瓜 ほうれん草 長ねぎ バナナ
20	水	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト		7倍粥 豆腐のとろみ煮 なすの柔らか煮 だし汁 バナナ	精白米 豆腐 人参 玉ねぎ なす バナナ	5倍粥 豆腐の甘辛煮 なすの柔らか煮 麩のみそ汁 バナナ	野菜粥	精白米 豆腐 人参 玉ねぎ 麩 なす 乾椎茸 青ピーマン 若布 バナナ
21	木	10倍粥ペースト じゃが芋ペースト		うどん粥 鶏肉のじゃが芋のとろみ煮 キャベツのだし煮 だし汁 バナナ	うどん 鶏肉 じゃが芋 キャベツ 人参 玉ねぎ ほうれん草 胡瓜 バナナ	野菜うどん 鶏肉のじゃが芋の和風煮 キャベツのだし煮 バナナ	人参粥	うどん 鶏肉 精白米 じゃが芋 キャベツ 人参 玉ねぎ ほうれん草 胡瓜 ツナ 乾椎茸 若布 青梗菜 バナナ
22	金	10倍粥ペースト さつまいペースト		7倍粥 鶏肉のとろみ煮 胡瓜のくったり煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 胡瓜 さつまい キャベツ バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 胡瓜のくったり煮 もやしとキャベツのみそ汁 バナナ	さつまい粥	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 胡瓜 さつまい キャベツ 若布 もやし バナナ
25	月	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト		7倍粥 カレイのとろみ煮 ほうれん草と南瓜のだし煮 だし汁 バナナ	精白米 カレイ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 南瓜 バナナ	5倍粥 カレイの味噌煮 ほうれん草と南瓜のだし煮 豆腐のくずし汁 バナナ	青菜粥	精白米 カレイ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 南瓜 豆腐 長ねぎ バナナ
26	火	10倍粥ペースト 人参ペースト		7倍粥 鶏肉とじゃが芋のとろみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 バナナ	5倍粥 鶏肉とじゃが芋の和風煮 小松菜のくったり煮 野菜のみそ汁 バナナ	うどん粥	精白米 鶏肉 うどん 人参 玉ねぎ 小松菜 じゃが芋 若布 バナナ
27	水	10倍粥ペースト ブロッコリーペースト		パン粥 鶏肉のとろみ煮 ブロッコリーの柔らか煮 だし汁 バナナ	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー 豆腐 胡瓜 ほうれん草 キャベツ バナナ	トースト 鶏肉の洋風煮 ブロッコリーの柔らか煮 キャベツのスープ バナナ	人参粥	食パン 鶏肉 精白米 人参 玉ねぎ ブロッコリー 豆腐 胡瓜 トマト ほうれん草 キャベツ バナナ

※じゃが芋、ほうれん草、南瓜、ブロッコリーは常備菜として冷凍保管している為、  
献立に記載されていない場合でも使用することがありますのでご了承ください。