

育心保育園
栄養士 照屋恵美

- ※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
- ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。
- ※ 11日(金)山の日でお休みです。

8月 離乳食 献立表

令和7年

育心保育園

日	曜日	初期(ごつくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)
1	金	初期 中期 後期	つぶし粥 じゃが芋の煮物マッシュ 小松菜とえ物ペースト 豆腐のすり流し汁 全粥 じゃが芋のつぶし煮 小松菜の納豆つぶしあえ 豆腐のすまし汁 軟飯 じゃが芋の煮物 小松菜の納豆あえ 豆腐のすまし汁	オレンジ果汁 オレンジ	ササミ粥 小松菜スープ
2	土	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 豆腐のすり流し汁 全粥 鶏肉のつぶし煮 胡瓜のおろし和え 豆腐のみそ汁 軟飯 鶏肉の煮物 胡瓜の和え物 豆腐のみそ汁	バナナ果汁 バナナ	鶏おじや さつま芋スープ
4	月	初期 中期 後期	つぶし粥 冬瓜の煮物マッシュ さつま芋ペースト 豆腐のすり流し汁 全粥 冬瓜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 豆腐のみそ汁 軟飯 冬瓜の煮物 さつま芋の煮物 豆腐のみそ汁	バナナ果汁 ヨーグルトあえ	さつま芋おじや 冬瓜スープ
5	火	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚のすり流し 豆腐のすり流し すましスープ 全粥 白身魚のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 つぶしうどん汁 軟飯 白身魚の煮物 豆腐のいり煮 うどん汁	りんご果汁 煮りんご	きなこパンケーキ
6	水	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のトマト煮ペースト サラダマッシュ オニオンスープ 全粥 ささみのトマトつぶし煮 つぶしサラダ オニオンスープ 軟飯 ササミのトマト煮 サラダ オニオンスープ	オレンジ果汁 オレンジ	鮭おじや 鶏スープ
7	木	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のミルク煮すり流し 南瓜ペースト 白菜スープ 全粥 魚のつぶしミルク煮 南瓜のつぶし煮 白菜のみそ汁 軟飯 魚のミルク煮 南瓜の煮物 白菜のみそ汁	バナナ果汁 バナナ	南瓜おじや オニオンスープ
8	金	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト 和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁 全粥 ササミのつぶし煮 つぶし和え物 豆腐のみそ汁 軟飯 ササミの煮物 和え物 豆腐のみそ汁	バナナ果汁 スイカ	ササミおじや キャベツスープ
9	土	初期 中期 後期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し さつま芋ペースト 大根スープ 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 大根のみそ汁 軟飯 豆腐の野菜煮 さつま芋の煮物 大根のみそ汁	バナナ果汁 バナナ	さつま芋粥 豆腐のすまし汁
12	火	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト 豆腐のすり流し 大根スープ 全粥 ササミと野菜のつぶし煮 つぶし煮奴 みそ汁 軟飯 ササミの野菜煮 煮奴 みそ汁	オレンジ果汁 オレンジ	ササミおじや 豆腐のすまし汁
13	水	初期 中期 後期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ オニオンスープ 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 ポテトサラダ オニオンスープ 軟飯 豆腐の野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ	オレンジ果汁 オレンジ	ツナおじや 豆腐のすまし汁
14	木	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し さつま芋マッシュ すましスープ 全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 ゆし豆腐 軟飯 白身魚の野菜煮 さつま芋の煮物 ゆし豆腐	りんご果汁 煮りんご	さつま芋おじや 野菜スープ
15	金	初期 中期 後期	つぶしかゆ 魚と野菜のすり流し ポテトマッシュ すましスープ 全粥 鶏肉のつぶし煮 ポテつぶしサラダ つぶしうどん汁 軟飯 鶏肉の煮物 ポテトサラダ うどん汁	バナナ果汁 バナナ	鶏おじや じゃが芋スープ
16	土	初期 中期 後期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ オニオンスープ 全粥 魚と野菜のつぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ オニオンスープ 軟飯 魚と野菜の煮物 ブロッコリーサラダ オニオンスープ	バナナ果汁 バナナ	南瓜粥 小松菜のみそ汁
18	月	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 人参ペースト すましスープ 全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐 軟飯 白身魚の野菜煮 人参しりしり煮 ゆし豆腐	オレンジ果汁 オレンジ	ささみおじや さつま芋スープ
19	火	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜サラダマッシュ 白菜スープ 全粥 ささみと野菜のつぶし煮 南瓜つぶしサラダ 白菜スープ 軟飯 ささみの野菜煮 南瓜サラダ 白菜スープ	バナナ果汁 バナナ	おじや 南瓜スープ
20	水	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 人参ペースト 豆腐のすり流し汁 全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 豆腐のみそ汁 軟飯 白身魚の野菜煮 人参しりしり煮 豆腐のみそ汁	バナナ果汁 バナナ	ふかし芋
21	木	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し さつま芋サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁 全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶしサラダ 豆腐のすまし汁 軟飯 白身魚の野菜煮 さつま芋サラダ 豆腐のすまし汁	オレンジ果汁 オレンジ	さつま芋 パンケーキ
22	金	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し 南瓜ペースト 豆腐のすり流し汁 全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 豆腐のみそ汁 軟飯 魚の煮つけ 南瓜の煮物 豆腐のみそ汁	りんご果汁 煮りんご	おじや 豆腐のすまし汁
23	土	初期 中期 後期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト 冬瓜スープ 全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 冬瓜のすまし汁 軟飯 魚の煮物 さつま芋の煮物 冬瓜のすまし汁	バナナ果汁 バナナ	ツナおじや 南瓜スープ
25	月	初期 中期 後期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 野菜スープ 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ 野菜スープ 軟飯 豆腐の野菜煮 ポテトサラダ 野菜スープ	オレンジ果汁 オレンジ	パンケーキ
26	火	初期 中期 後期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐の野菜煮ペースト 小松菜スープ 全粥 魚と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 小松菜スープ 軟飯 魚の野菜煮 豆腐のいり煮 小松菜スープ	バナナ果汁 バナナ	トマト粥 豆腐のすまし汁
27	水	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚とトマトのすり流し じゃが芋の煮物マッシュ キャベツスープ 全粥 鮭とトマトのつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 キャベツのみそ汁 軟飯 鮭のトマト煮 じゃが芋の煮物 キャベツのみそ汁	オレンジ果汁 オレンジ	鮭おじや じゃが芋スープ
28	木	初期 中期 後期	つぶし粥 じゃが芋のミルク煮すり流し ブロッコリーサラダマッシュ 豆腐のすり流し汁 全粥 じゃが芋のつぶしミルク煮 ブロッコリーつぶしサラダ 豆腐のすまし汁 軟飯 じゃが芋のミルク煮 ブロッコリーサラダ 豆腐のすまし汁	バナナ果汁 バナナ	バナナパンケーキ
29	金	初期 中期 後期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 小松菜あえマッシュ すましスープ 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし白和え ソーメン汁 軟飯 豆腐の野菜煮 小松菜の白和え ソーメン汁	バナナ果汁 バナナ	さつま芋 パンケーキ
30	土	初期 中期 後期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し さつま芋ペースト オニオンスープ 全粥 豆腐のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 オニオンスープ 軟飯 豆腐の煮物 さつま芋の煮物 オニオンスープ	バナナ果汁 バナナ	さつま芋おじや 豆腐のすまし汁



※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。
 ※ 11日(月)山の日でお休みです。

