

令和2年8月献立表（中期・モグモグ期）

					1 土
					キャベツうどん 野菜のチーズ煮 ポテトのお麩グラタン
					ミルク
3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土
			山の日メニュー	立秋メニュー	
三色粥 なすと鶏肉の煮物 野菜スープ	カラフルうどん ツナのマッシュポテト ブロッコリーサラダ	ひじき粥 たらの二色ソース 野菜スープ	ブロッコリー粥 トマトシチュー 野菜スープ	秋色粥 鮭の五色あんかけ 野菜スープ	夏野菜の彩りにゅう麺 きざみ大根の煮物 くずし豆腐のサラダ
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土
山の日	7倍粥 鶏肉とキャベツのみぞれ煮 野菜スープ	あんかけ納豆そうめん 大根三色のサラダ 野菜スープ	ほうれん草粥 鶏の豆腐煮 野菜スープ	りんご粥 ブロッコリーと鶏肉のさっぱり煮 野菜スープ	ひすいうどん 肉と野菜の炒め煮 大根とにんじんのサラダ
	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土
		食育の日～東北			
キャベツ粥 そばろのカラフル煮 野菜スープ	トマト粥 鶏とキャベツのすり流し 野菜スープ	福島産コシヒカリのお粥 お麩と小松菜のあんかけ 野菜スープ	にんじん粥 鮭と豆腐のひじき煮 野菜スープ	7倍粥 三色そばろあん 野菜スープ	鶏とトマトのだしうどん キャベツときゅうりのきざみあん さつまいもの甘煮
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土
7倍粥 たっぷり野菜の五目煮 野菜スープ	カラフル粥 鶏と青菜の納豆煮 野菜スープ	トマト粥 鮭の三色あん 野菜スープ	トマトソースそうめん ほうれん草とコーンのだし煮 野菜の煮物	しらす粥 豆腐と野菜のあんかけ 野菜スープ	あんかけうどん かぼちゃのそばろ煮 野菜スープ
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
31 月	お誕生会				
ブロッコリー粥 夏野菜と鶏のたまごあん 野菜スープ	<p>●ひとことメッセージ●</p> <p>離乳食で初めて口にするものは、平日の午前中に食べることをおすすめします。万が一、アレルギー症状が出てもすぐに対応がとれるためです。また、お子さんの体調が良い時にしましょう。初めての食材は1食につき、1種類とすると、症状が出た時に原因を特定することができます。初めての食材については慎重に進めていきましょう。</p>				
ミルク					
					

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園

令和2年8月献立表（後期・カミカミ期）

					1	
					土	
					キャベツうどん 野菜スティック ポテトのお麩グラタン	
					ころころおにぎり ミルク	
3	4	5	6	7	8	
月	火	水	木	金	土	
			山の日メニュー		立秋メニュー	
三色粥 なすと鶏肉の味噌炒め 大根のきなこ和え 赤ちゃんすまし汁	カラフルうどん ポテトとツナのおやき ブロッコリーサラダ	ひじき粥 たらのあずま煮 トマト 小松菜の煮浸し 赤ちゃん味噌汁	ブロッコリー粥 トマトシチュー スティックサラダ 野菜スープ	秋色粥 鮭の味噌焼き 五色和え 赤ちゃん味噌汁	夏野菜の彩りにゅう麺 大根バンバンジー くずし豆腐のうま煮	
トマトの冷製そうめん ミルク	なすのミートグラタン ミルク	チーズトースト ミルク	みそじゃが団子 ミルク	スイートポテト ミルク	野菜蒸しパン ミルク	
10	11	12	13	14	15	
月	火	水	木	金	土	
山の日	5倍粥 親子煮 きゅうりとわかめの和えもの 赤ちゃん味噌汁	あんかけ納豆そうめん 大根とツナのサラダ 野菜スープ	ほうれん草粥 鶏の豆腐煮 きゅうりとにんじんのコールスロー 野菜スープ	りんご粥 大根と鶏肉のさっぱり煮 いんげんとなすのごま和え 赤ちゃん味噌汁	ひすいうどん 肉と野菜の炒め物 大根とにんじんのサラダ	
	豆乳プリン ミルク	りんごのコンポート ミルク	フルーツヨーグルト ミルク	手作りクッキー ミルク	こぶきいも ミルク	
17	18	19	20	21	22	
月	火	水	木	金	土	
			食育の日～東北			
キャベツ粥 豆腐つくね そうめんちゃんぷる 野菜スープ	トマト粥 鶏肉のパン粉焼き 青菜の納豆サラダ 赤ちゃん味噌汁	福島産コシヒカリのお粥 お麩の卵とじ 大根とりんごのコロコロサラダ 赤ちゃん味噌汁	にんじん粥 鮭と豆腐のひじき煮 ほうれん草ともやしの和え物 赤ちゃん味噌汁	5倍粥 三色そぼろあん 短冊わかめサラダ 野菜スープ	鶏とトマトのだしうどん フレンチサラダ さつまいもの甘煮	
お好み焼き風蒸しパン ミルク	フレンチトースト ミルク	お麩ラスク ミルク	野菜グラタン ミルク	手作りポーロ ミルク	りんごパンケーキ ミルク	
24	25	26	27	28	29	
月	火	水	木	金	土	
5倍粥 たっぷり野菜の五目煮 ピーマンとツナの炒め物 野菜スープ	カラフル粥 鶏の甘辛煮 しらすのサラダ 卵スープ	トマト粥 鮭の塩焼き 三色納豆和え 赤ちゃん味噌汁	トマトソースそうめん ほうれん草とコーンのソテー ころころ野菜の煮物	しらす粥 からまつ炒り鶏 ひじき入り厚焼き玉子 赤ちゃん味噌汁	あんかけうどん かぼちゃのそぼろ煮 野菜スープ	
お麩ピザ ミルク	コーンとじゃがいものおやき ミルク	フルーツ寒天 ミルク	野菜雑炊 ミルク	たまご蒸しパン ミルク	さつまいもの豆乳煮 ミルク	
31	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>●ひとことメッセージ●</p> <p>赤ちゃんは生まれてきたときにもともと、鉄分を体内に蓄えています。しかし、9か月を過ぎた頃になると、体内にあった鉄分が少なくなってくるため、貧血を防ぐために食事から鉄分を取ることが大切になります。離乳食では、ほうれん草やひじき、大豆製品などを豊富に取り入れた献立するとよいでしょう。</p> </div> 					
月						お誕生会
ブロッコリー粥 ひまわりハンバーグ くるくるマカロニサラダ 野菜スープ						
にゅう麺 ミルク						

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園

令和2年8月献立表（完了期・パクパク期）

					1
					土
					きのこスパゲティ チーズサラダ キャベツのスープ りんご
					ころころおにぎり 麦茶
3	4	5	6	7	8
月	火	水	木	金	土
			山の日メニュー	立秋メニュー	
三色粥 なすと豚肉の味噌炒め 大根のきなこ和え 沢煮椀 アップル寒天	カラフルうどん ポテトとツナのおやき 野菜スープ スイカ	軟飯 たらのあずま煮 トマト 小松菜と油揚げの煮浸し かぼちゃの味噌汁 オレンジ寒天	軟飯 トマトシチュー スティックサラダ オニオンスープ ヨーグルト	秋色粥 鮭の味噌焼き 五色和え なめこの味噌汁 梨	夏野菜の彩りそうめん 大根バンバンジー くずし豆腐のスープ みかん
トマトの冷製パスタ 麦茶	なすのミートグラタン 麦茶	チーズトースト 麦茶	みそじゃが団子 麦茶	スイートポテト 麦茶	野菜蒸しパン 麦茶
10	11	12	13	14	15
月	火	水	木	金	土
山の日	軟飯 親子煮 きゅうりとわかめの甘酢 キャベツの味噌汁 オレンジ寒天	あんかけ焼きそば 大根とツナのサラダ 野菜スープ ヨーグルト	軟飯 豚肉のクリーム煮 ヨーグルトサラダ ほうれん草のスープ スイカ	きなこ粥 大根と鶏肉のさっぱり煮 いんげんのごま和え なすの味噌汁 りんご	ひすいうどん 肉と野菜の炒め物 アップル寒天
	豆乳プリン 麦茶	りんごのコンポート 麦茶	フルーツヨーグルト 麦茶	手作りクッキー 麦茶	こふきいも 麦茶
17	18	19	20	21	22
月	火	水	木	金	土
			食育の日～東北		
キャベツ粥 豆腐つくね そうめんちゃんぷる 野菜スープ グレープ寒天	トマト粥 鶏肉のパン粉焼き きゅうりとキャベツの和え物 お麩の味噌汁 スイカ	福島産コシヒカリのお粥 お麩の卵とじ 大根とわかめのコロコロサラダ 赤ちゃん味噌汁 りんご	とうもろこし粥 鮭の幽庵焼き ほうれん草ともやしの和え物 豆腐と油揚げの味噌汁 みかん	軟飯 三色そばろあん 千切りサラダ わかめスープ ヨーグルト	トマトスパゲティ フレンチサラダ 野菜スープ オレンジ寒天
お好み焼き風蒸しパン 麦茶	フレンチトースト 麦茶	お麩ラスク 麦茶	野菜グラタン 麦茶	手作りボーロ 麦茶	りんごパンケーキ 麦茶
24	25	26	27	28	29
月	火	水	木	金	土
軟飯 たっぷり野菜の五目煮 ピーマンとツナの炒め物 野菜スープ ぶどう寒天	カラフル粥 鶏の甘辛煮 しらすのサラダ 卵スープ アップル寒天	軟飯 さばの塩焼き トマト 三色ごま和え 夏野菜の味噌汁 梨	赤ちゃんミートソーススパゲティ ほうれん草とコーンのソテー 野菜スープ ヨーグルト	しらす粥 からまつ炒り鶏 いんげん入り厚焼き玉子 赤ちゃん味噌汁 りんご	赤ちゃんサラダうどん かぼちゃのそばろ煮 もやしのスープ グレープ寒天
お麩ピザ 麦茶	コーンとじゃがいものおやき 麦茶	フルーツ寒天 麦茶	野菜雑炊 麦茶	たまご蒸しパン 麦茶	さつまいもの豆乳煮 麦茶
31	お誕生会				
ブロッコリー粥 ひまわりハンバーグ くるくるマカロニサラダ 野菜スープ 8月のパースディケーキ にゅう麺 麦茶	<p>●ひとことメッセージ●</p> <p>完了食では栄養のほとんどを離乳食から摂るようになるので、食材の偏りがないように気をつけることが大切です。栄養のバランスは1週間の単位の中で、偏っていないか確認してみましょう。また、母乳やミルクを飲まなくなる分、水分補給は白湯や麦茶などでこまめに摂るようにしましょう。食材に加え、使える調味料も増えていきますので、味付け、調理法を変えてバラエティー豊かな食事にしましょう。</p>				

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園