



平成30年3月 離乳食献立表 7、8ヶ月頃

大井保育園

日曜	午前食	原材料	午後食	原材料
1 木	かゆ ピンクサーモンの煮つけ、切り干し大根の旨煮スープ	米、人参、絹さや ピンクサーモン、切り干し大根、油揚げ ごぼう、かつおだし汁	にゅうめん	そうめん、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
2 金	かゆ 水炊き 白菜の和え物	米 鶏もも肉、白菜、人参、しいたけ、昆布だし汁 もめん豆腐、水菜、しゆんぎく	白菜粥	白米、白菜、人参 かつおだし汁
3 土	お弁当の日			
5 月	かゆ ピンクサーモンの煮つけ、菜の花のお浸し すまし汁	米 ピンクサーモン、菜の花 大根、花麩、かつおだし汁	人参粥	白米、人参、玉ねぎ かつおだし汁
6 火	かゆ 鶏むねのあっさり煮、じゃが芋煮 スープ	米 鶏むね肉、じゃが芋、人参、胡瓜、コーン 大根、里芋、かつおだし汁	茹でうどん	ゆでうどん、大根 玉ねぎ、人参
7 水	かゆ 鶏の野菜煮、ほうれん草のお浸し スープ	米、ピーマン、ほうれん草 鶏もも肉、人参、玉ねぎ、キャベツ 、かつおだし汁	雑炊	白米、ほうれん草、人参 かつお・昆布だし汁
8 木	かゆ ピンクサーモンの塩焼き、ひじきの煮物 スープ	米、水煮大豆、グリーンピース ピンクサーモン、ひじき、人参、油揚げ さつま芋、玉ねぎ、かつおだし汁	にゅうめん	そうめん、さつま芋、玉ねぎ、人参 かつおだし汁
9 金	かゆ 鶏ささ身の野菜煮、じゃが芋のほっこり煮 スープ	米 鶏ささ身、玉ねぎ、じゃが芋、人参、胡瓜 かつおだし汁	鮭雑炊	白米、チンゲン菜、人参 かつお・昆布だし汁
10 土	お弁当の日			
12 月	かゆ 鶏むねの煮つけ、小松菜のとろとろ煮 スープ	米 鶏むね肉、玉ねぎ、小松菜、油揚げ、人参 もめん豆腐、しめじ、カットわかめ、かつおだし汁	にゅうめん	そうめん、小松菜、人参 かつお・昆布だし汁
13 火	かゆ 赤魚のあっさり煮、ブロッコリー煮 スープ	米 赤魚、ブロッコリー、胡瓜、人参、コーン もやし、かつおだし汁	ブロッコリー粥	白米、ブロッコリー、人参 かつおだし汁
14 水	かゆ 鶏の野菜煮、いんげんの胡麻和え スープ	米 鶏もも肉、玉ねぎ、人参、いんげん 油揚げ、ほうれん草、かつおだし汁	野菜うどん	ゆでうどん、キャベツ、じゃが芋 かつおだし汁
15 木	かゆ 八宝菜風、チンゲン菜和え スープ	米、ピーマン、しいたけ 鶏むね肉、白菜、人参、たけのこ、玉ねぎ 玉ねぎ、チンゲン菜、かつおだし汁	チンゲン菜粥	白米、チンゲン菜、人参 かつおだし汁
16 金	かゆ 鶏ささ身とじゃが芋の煮物、ブロッコリーのサラダ スープ	米、ブロッコリー、おから 鶏ささ身、じゃが芋、玉ねぎ、人参、グリーンピース かつおだし汁	ほうれん草粥	白米、ほうれん草、人参 かつおだし汁
17 土	お弁当の日			
19 月	かゆ 豆腐とミンチ煮、かぼちゃの煮物 スープ	米、かぼちゃ、いんげん もめん豆腐、鶏ミンチ、玉ねぎ、人参 カットわかめ、チンゲン菜、かつおだし汁	かぼちゃ粥	白米、かぼちゃ、人参 かつおだし汁
20 火	かゆ たらの煮つけ、大根のほくほく煮 スープ	米 たら、人参、しいたけ ごぼう、大根、かつおだし汁	にゅうめん	そうめん、大根、人参 かつおだし汁
21 水	春分の日			
22 木	かゆ 鶏と玉ねぎのうま煮、菜の花の白和え スープ	米 菜の花、コーン、もめん豆腐、さつま芋、グリーンピース キャベツ、かつおだし汁	野菜うどん	ゆでうどん、もやし 人参、かつおだし汁
23 金	かゆ 鶏もも煮、キャベツのここと煮 スープ	米 鶏もも肉、じゃが芋、グリーンピース、ブロッコリー、コーン キャベツ、かつおだし汁	人参ぞうすい	白米、キャベツ、人参 かつおだし汁
24 土	お弁当の日			
26 月	かゆ 鶏のあっさり煮、ほうれん草のとろとろ煮 スープ	米 鶏もも肉、人参、胡瓜、コーン ほうれん草、玉ねぎ、かつおだし汁	ほうれん草粥	白米、ほうれん草、人参 かつおだし汁
27 火	かゆ 筑前煮、もやしとチンゲン菜の和え物 スープ	米、いんげん、大根、チンゲン菜、もやし 鶏もも肉、たけのこ、人参、ごぼう、れんこん 白菜、玉ねぎ、かつおだし汁	さつま芋にゅうめん	にゅうめん、さつま芋、人参 かつおだし汁
28 水	かゆ ホキの味噌煮、かぼちゃのサラダ けんちん汁	米、かつおだし汁 ホキ、かぼちゃ、胡瓜、人参、コーン 油揚げ、里芋、ごぼう、大根、もめん豆腐	ゆでうどん	ゆでうどん、人参 玉ねぎ、かつおだし汁
29 木	かゆ 鶏の野菜煮、きんぴらごぼう スープ	米 鶏むね肉、人参、玉ねぎ、もやし、キャベツ、ごぼう、絹さや 小松菜、人参、かつおだし汁	人参粥	白米、人参 かつおだし汁
30 金	かゆ 肉じゃが、ほうれん草のソテー スープ	米、グリーンピース(冷凍)、コーン、ほうれん草 鶏もも肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参 かつおだし汁	バナナスティック	バナナ
31 土	お弁当の日			

