



日 曜	9~11か月頃(適宜きざむ)		7~8か月頃(適宜つぶす)	
	11:00	15:00	11:00	15:00
1・15 / 木	固がゆ 鮭のマヨネーズ焼き刻み きんぴらごぼうの柔らか煮刻み みそ汁 (なす・オクラ)	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし なすの煮つぶし オクラの煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
2・16 / 金	固がゆ コロッケ刻み お浸し刻み みそ汁 (わかめ・長葱)	おじや又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし わかめの煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
3・17 / 土	備蓄缶又は高野豆腐(みじん切り) 入リスパゲッティー刻み サラダ刻み 17日:ベビーチーズ	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし きゅうりのすりおろし キャベツの煮つぶし 17日:ベビーチーズ	ミルク
5・19 / 月	固がゆ クリームシチュー刻み キャベツサラダ刻み 	5日:乳児用菓子 小玉すいか刻み 19日:乳児用菓子 寒天ゼリー  ミルク	おかゆ かぼちゃと玉葱、人参のミルク煮つぶし なすの煮つぶし トマトのゆでつぶし きゅうりのすりおろし キャベツの煮つぶし ズッキーニの煮つぶし	ミルク
6・20 / 火	固がゆ チキンカツ刻み ブロッコリーと人参の磯かけ刻み みそ汁 (じゃが芋・玉葱) 	きな粉トースト刻み又は 食パン刻み又は パンがゆ(食パン)	おかゆ 麩のクタクタ煮 ブロッコリーのゆでつぶし 人参の煮つぶし じゃが芋の煮つぶし 玉葱の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
7・21 / 水	固がゆ マーボー豆腐刻み にんじんしりしり刻み 中華スープ (小松菜・しめじ) 	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 人参の煮つぶし ツナの煮つぶし 小松菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
8・22 / 木	固がゆ 肉じゃが刻み 納豆和え刻み みそ汁 (大根・油揚げ)	焼きうどん刻み又は うどんのクタクタ煮 ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし 納豆のゆでつぶし ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし 大根の煮つぶし みそ汁(汁のみ) 	ミルク
9・23 / 金	固がゆ さばのみそ煮刻み ごまごまちんぷい刻み (なす・もやし・人参のごま和え) すまし汁 (チンゲン菜・えのきたけ) 	スナツ麩刻み又は 乳児用菓子 ミルク	おかゆ 白身魚の薄味煮つぶし なすの煮つぶし 人参の煮つぶし チンゲン菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク



保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和6年8月分

大和市立保育園

No.2

9~11か月頃(適宜きざむ)		7~8か月頃(適宜つぶす)	
11:00		15:00	
10・24 /土	固がゆ 肉野菜炒め刻み みそ汁 (わかめ・長葱) プレーンヨーグルト	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし みそ汁(汁のみ)
⑫・26 /月	食パン又はパンがゆ(食パン) マカロニグラタン刻み 切干大根のサラダ刻み	ゆかりごはん(固がゆ)又は 又はおじや ミルク	パンがゆ(食パン) 麩のクタクタ煮 玉葱の煮つぶし マカロニのクタクタ煮 キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし
13・27 /火	固がゆ 13日:高野豆腐のうま煮刻み 27日:高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み 手作りふりかけ みそ汁 (キャベツ・しめじ) トマト刻み	あんこクッキー又は 乳児用菓子 ミルク	おかゆ 高野豆腐の煮つぶし じゃが芋と玉葱の薄味煮つぶし 人参の煮つぶし 手作りふりかけ(ごますりつぶし) キャベツの煮つぶし トマトのゆでつぶし みそ汁(汁のみ)
14・28 /水	固がゆ バーベキューソースあえ刻み(ウインナー除く) (14日:備蓄缶詰又は高野豆腐(みじん切り)使用) (28日:鶏モモ肉使用) たたききゅうり刻み チンゲン菜のさっぱりスープ (チンゲン菜・玉葱)	スイートパンプキン又は かぼちゃの煮つぶし ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし 人参の煮つぶし きゅうりのすりおろし チンゲン菜の煮つぶし チンゲン菜のさっぱりスープ(汁のみ)
29 /木	固がゆ かれの煮つけほぐし ナムル刻み みそ汁 (なす・玉葱)	ごまビスケット又は 乳児用菓子 ミルク	おかゆ 白身魚の薄味煮つぶし ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし なすの煮つぶし 玉葱の煮つぶし みそ汁(汁のみ)
30 /金	固がゆ 豆腐ハンバーグ刻み ひじきの柔らか煮刻み みそ汁 (小松菜・えのきたけ)	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし ひじきの煮つぶし 小松菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ)
31 /土	焼きそば刻み 冷やしトマト刻み	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし トマトのゆでつぶし

※5~6か月の離乳食について
7~8か月の献立内容にならない、形態をペースト状にするなどして食べやすくしてあります。
ただし、使用食材は公立保育園給食家庭連絡表に準じています。

*保育園の行事、材料の都合などにより献立を変更する場合があります。
*個人の状況に合わせて使用する食材が変わることがあります。
*パンがゆは食パンで作ります。
*ベビーフード「野菜と鶏ささみ」(非常食)等を使用する場合があります。



♥ 夏本番！水分補給のポイントは・・・ ♥



ポイント①【糖分が含まれているものは控える】…赤ちゃん用のイオン飲料等は糖分を多く含み、食事が食べられなくなります。そこで、常温の甘味のない水やお茶(麦茶)を飲みましょう。保育園では麦茶を沸かして提供しています。
ポイント②【飲むタイミングが大切】…汗をかいている時、泣いた後、外出中や帰宅時、ふろ上がり等、少しずつ、回数を多く飲みましょう。