

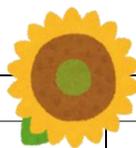


保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和7年8月分

大和市立保育園

No. 1



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 / 金	固がゆ 1日:肉じゃが刻み 15日:じゃが芋と野菜の煮物 (ツナ又は高野豆腐入り)刻み にんじんしりしり刻み みそ汁 (小松菜・えのきたけ)	1日:マカロニあべかわ刻み 又はマカロニのクタクタ煮 15日: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 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク 
2・16 / 土	ツナ缶又は高野豆腐(みじん切り) 入りスパゲッティー刻み 冷やしトマト刻み	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし トマトのゆでつぶし	ミルク
4・18 / 月	固がゆ クリームシチュー刻み パイン入り甘酢刻み	乳児用菓子 4日:小玉すいか刻み 18日:とうもろこし刻み 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 キャベツの煮つぶし きゅうりのすりおろし	ミルク
5・19 / 火	固がゆ 炒り豆腐刻み かぼちゃのオープン焼き刻み みそ汁 (キャベツ・油揚げ) 	パンせんべい刻み 又は食パン刻み 又はパンがゆ(食パン) ミルク 	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 玉葱と人参の煮つぶし かぼちゃの煮つぶし キャベツの煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
6・20 / 水	固がゆ 鶏肉のマーマレード煮刻み 野菜ソテー刻み (ベーコン・チンゲン菜・人参・コーン) にんじゃのスープ (とうがん)	小倉ケーキ刻み 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 チンゲン菜の煮つぶし 人参の煮つぶし とうがんの煮つぶし にんじゃのスープ(汁のみ)	ミルク
7・21 / 木	固がゆ マーボーなす刻み トマトの中華あえ刻み すまし汁 (わかめ・しめじ)	フルーツヨーグルト刻み 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 トマトのゆでつぶし きゅうりのすりおろし わかめの煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
8・22 / 金	固がゆ さわらのから揚げ刻み 又はかれの薄味煮つぶし ナムル刻み みそ汁 (大根・えのきたけ)	スティックポテト焼き刻み 又はじゃが芋の甘煮つぶし ミルク	おかゆ かれの薄味煮つぶし 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 / 土	固がゆ 鶏肉と野菜のうま煮刻み みそ汁 (長葱・麩) 型抜きチーズ	乳児用菓子 ミルク 	おかゆ 麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし みそ汁(汁のみ) 型抜きチーズ	ミルク

保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和7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	11:00	15:00
⑪・25 / 月 	食パン又はパンがゆ(食パン) かぼちゃのグラタン刻み キャベツサラダ刻み 	ゆかりごはん(固がゆ) 又はおじや ミルク 	パンがゆ(食パン) かぼちゃとじゃが芋のミルク煮つぶし 玉葱の煮つぶし 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
12・26 / 火	固がゆ コロッケ刻み 納豆和え刻み みそ汁 (豆腐・油揚げ)	乳児用菓子 12日:小玉すいか刻み 26日:とうもろこし刻み ミルク 	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし じゃが芋と玉葱の煮つぶし 納豆のゆでつぶし 小松菜の煮つぶし 人参の煮つぶし みそ汁(汁のみ)
13・27 / 水	固がゆ 13日:じゃが芋と野菜の煮物 (ツナ又は高野豆腐入り)刻み 27日:バーベキューソースあえ刻み (ウインナーを除く) 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)	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 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)
14・28 / 木	固がゆ 鮭のマヨネーズ焼き きんぴらごぼうのやわらか煮刻み みそ汁 (なす・しめじ)	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 みそ汁(汁のみ) 
29 / 金	固がゆ 豚肉と野菜の薄味煮刻み トマト刻み すまし汁 (オクラ・長葱)	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし キャベツの煮つぶし トマトのゆでつぶし オクラの煮つぶし すまし汁(汁のみ)
30 / 土	焼きうどん刻み トマトときゅうりのサラダ刻み 	乳児用菓子 ミルク	やわらか煮うどん 麩のクタクタ煮 玉葱と人参の煮つぶし キャベツの煮つぶし トマトのゆでつぶし きゅうりのすりおろし

※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。
 * 野菜の生育状況により、使用する野菜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。

★ 効果的な水分補給のポイントは… ★

水分は血液や細胞にとって大切な働きをするだけでなく、汗として体温調節をしています。また、子どもの体内の水分量は体重の約70~80%で大人に比べて多くの水分を必要としています。そこで、汗をたくさんかく夏場の水分補給のポイントを紹介します。

- 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むものがあります。普段から飲んでいると食事が食べられなくなります。
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【常温にしましょう】**…冷たい飲み物は胃腸を刺激して、お腹の調子が悪くなる場合があります。注意が必要です。
- ポイント③【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。

