令和８年８月　離乳食献立表　後期（9か月から11か月頃）　バンビ保育園梅島園

日	曜日	午前食＋ミルク（10時～11時） 午後食＋ミルク（2時半～3時頃）	食材 血や肉を作るもの（赤）	熱や力となるもの（黄）	体の調子をよくするもの（緑）	その他 調味料等
10 24	月	軟飯または米飯 豚肉のトマト煮 チンゲン菜スープ　果物	豚肉	米 片栗粉,白砂糖	玉葱,ﾄﾏﾄ ﾁﾝｹﾞﾝ菜,人参　果物	醤油,かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		人参ご飯 豚肉と野菜の煮物	豚肉	米 片栗粉	人参 玉葱,ﾁﾝｹﾞﾝ菜,葱	かつお節 醤油,かつお節
25	火	軟飯または米飯 豚肉の野菜あんかけ みそ汁　果物	豚肉 みそ	米 片栗粉 じゃが芋	玉葱,人参 青菜　果物	醤油,かつお節,出し昆布 かつお節,出し昆布
		青菜ご飯 野菜煮		米 片栗粉	青菜 玉葱,人参	かつお節 醤油,かつお節
12	水	煮込みうどん 魚のみどり煮　果物	魚（かれい）	干しうどん 片栗粉	玉葱,人参 ｷｬﾍﾞﾂ,胡瓜,葉葱　果物	醤油,かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		キャベツご飯 野菜と鶏肉の煮付け	鶏肉	米 片栗粉,白砂糖	ｷｬﾍﾞﾂ 玉葱,人参	かつお節 醤油,かつお節
26	水	軟飯または米飯 鶏肉と野菜の煮物 トマトスープ　果物	鶏肉	米 片栗粉	人参,胡瓜 玉葱,ﾄﾏﾄ　果物	醤油,かつお節,だし昆布 醤油,かつお節,だし昆布
		青のりご飯 麩の煮物	青のり	米 玉ふ,片栗粉	胡瓜,玉葱,人参	醤油,かつお節
13 27	木	軟飯または米飯 豆腐とトマトのみそ煮 清汁　果物	豆腐,みそ	米 片栗粉,三温糖	ﾄﾏﾄ,葱 玉葱,人参　果物	かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		おかかご飯 肉団子スープ	かつお節 豚肉	米 片栗粉	玉葱,人参	醤油,かつお節
14	金	軟飯または米飯 野菜と大豆煮 清汁　果物	大豆水煮缶 わかめ	米 片栗粉,白砂糖	玉葱,人参 大根　果物	醤油,かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		ひじきご飯 麩と野菜の煮物	干しひじき	米 片栗粉,玉ふ	玉葱,人参	かつお節 醤油,かつお節
28	金	食パン 野菜のそぼろ煮 野菜スープ　果物	鶏肉	食パン 片栗粉,白砂糖	胡瓜,大根,人参 青菜,玉葱　果物	醤油,かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		のりご飯 じゃが芋と鶏肉の煮物	焼きのり 鶏肉	米 じゃが芋,片栗粉,三温糖	玉葱,人参	かつお節 醤油,かつお節
1 15 29	土	軟飯または米飯 高野豆腐とじゃが芋の煮物 野菜スープ　果物	高野豆腐	米 じゃが芋,片栗粉	ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ冷,玉葱 青菜,人参　果物	醤油,かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		青菜ご飯 麩の野菜煮		米 片栗粉,玉ふ	青菜 玉葱,人参,もやし	かつお節 醤油,かつお節
3 31	月	軟飯または米飯 魚と野菜のやわらか煮 みそ汁　果物	魚(かれい)	米 片栗粉	青菜,人参 玉葱,葉葱　果物	醤油,かつお節,出し昆布 かつお節,出し昆布
		葉ねぎご飯 人参のそぼろ煮	豚肉	米 片栗粉	葉葱 青菜,玉葱,人参	かつお節 醤油,かつお節
17	月	食パン 大豆と野菜のトマト煮 野菜スープ　果物	大豆水煮缶	食パン 片栗粉 じゃが芋	玉葱,人参,ﾄﾏﾄﾋﾟｭｰﾚ 玉葱　果物	醤油,かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		グリーンピースご飯 麩の野菜煮		米 片栗粉,玉ふ,じゃが芋	ｸﾞﾘｰﾝﾋﾟｰｽ冷 ,キャベツ,人参	かつお節 醤油,かつお節
4 18	火	軟飯または米飯 高野豆腐のフワフワ煮 ポテトスープ　果物	高野豆腐	米 片栗粉 じゃが芋	胡瓜,人参 玉葱　果物	醤油,かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		食パン 鶏肉と野菜のスープ	鶏肉	食パン 片栗粉	玉葱,人参,もやし	醤油,かつお節
5 19	水	みそ煮込みうどん 豚肉の野菜煮　果物	みそ 豚肉	干しうどん 片栗粉	人参,葱 いんげん,胡瓜,玉葱　果物	かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		おかかご飯 肉団子と野菜の煮物	かつお節 豚肉	米 片栗粉,白砂糖	胡瓜,人参	醤油,かつお節
6 20	木	軟飯または米飯 野菜煮 豆腐のスープ　果物	豆腐	米 片栗粉,白砂糖	玉葱,なす,人参 青菜　果物	醤油,かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		青菜ご飯 豚肉と玉ねぎの煮物	豚肉	米 片栗粉,じゃが芋	青菜 玉葱,人参	かつお節 醤油,かつお節
7 21	金	食パン 鶏団子のトマト煮 キャベツスープ　果物	鶏肉	食パン 片栗粉	胡瓜,玉葱,ﾄﾏﾄﾋﾟｭｰﾚ ｷｬﾍﾞﾂ,人参　果物	醤油,かつお節,出し昆布 醤油,かつお節,出し昆布
		鶏そぼろご飯 野菜のやわらか煮	鶏肉	米 片栗粉	ｷｬﾍﾞﾂ,胡瓜,人参	かつお節 醤油,かつお節
8 22	土	軟飯または米飯 大根のそぼろあんかけ みそ汁　果物	豚肉 みそ	米 片栗粉	青菜,大根 なす,葉葱　果物	醤油,かつお節,出し昆布 かつお節,出し昆布
		野菜ご飯 豚肉の野菜煮	豚肉	米 片栗粉	青菜,玉葱 胡瓜,大根,人参	かつお節 醤油,かつお節

今月の平均栄養価　エネルギー：４２２ kcal　たんぱく質：１４.４ｇ　脂質：１３.０ｇ

〇今月の使用予定果物：すいか・バナナ・みかん缶・もも缶（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）

〇献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。