令和４年８月 献立表（離乳後期 10･11ヵ月） 桝辻こども園

日	曜	お昼メニュー	材料	おやつメニュー	材料	備考
1	月	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		カレイと人参の煮物	カレイ 人参 昆布 しょう油	きな粉ヨーグルト	きな粉 ヨーグルト	
		チンゲン菜と玉葱の味噌汁	チンゲン菜 玉葱 昆布 合わせ味噌			
2	火	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	☆今月のお米☆ 小杉農園の**きぬひかり**・ **ミルキークイーン**です♪
		ささみときゃべつの煮物	ささみ きゃべつ 昆布 しょう油	じゃがいものマッシュ	じゃがいも 玉葱 昆布	
		ブロッコリーとパプリカのスープ	ブロッコリー 黄パプリカ 煮干し しょう油			
3	水	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	今月この地域の旬（たくさん出回りおいしく食べられる食材）は**茄子・かぼちゃ・トマト・スイカ**です。離乳食のメニューにも取り入れているので、何が入っているか探してみてくださいね♪
		ささみとじゃがいもの煮物	ささみ じゃがいも トマト 昆布 しょう油	茹で人参のスティック	人参 昆布	
		ほうれん草のスープ	ほうれん草 煮干し しょう油			
4	木	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		鱈（すずき）と白菜の煮物	すずき 白菜 昆布 しょう油	チーズリゾット	粉チーズ 米	
		かぼちゃと茄子のスープ	かぼちゃ 茄子 昆布 しょう油			
5	金	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		ブロッコリーと人参の煮物	ブロッコリー 人参 ささみ 昆布 しょう油	かぼちゃのマッシュ	かぼちゃ 昆布	
		玉葱のスープ	玉葱 昆布 しょう油			
6	土	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	**家庭保育協力日**
		ささみと野菜の煮物	ささみ きゃべつ かぼちゃ 人参 昆布 しょう油	お菓子	☆ ☆ ☆	
8	月	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		鯛とブロッコリーの煮物	鯛 ブロッコリー 人参 昆布 しょう油	りんごのコンポート	りんご	
		ほうれん草のスープ	ほうれん草 煮干し しょう油			
9	火	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		ささみと野菜の煮物	ささみ 白菜 かぼちゃ 昆布 しょう油	ミルクパンがゆ	サンドパン 粉ミルク	
		玉葱の味噌汁	玉葱 昆布 合わせ味噌			
10	水	軟飯	米	ミルク	牛乳	**特別保育（申込）**
		カレイときゃべつの煮物	カレイ きゃべつ 人参 トマト 昆布 しょう油	お菓子	☆ ☆ ☆	
11	木	休園（山の日）				毎日朝のおやつ（9時半頃）にミルクがあります。
12	金	軟飯	米	ミルク	牛乳	**特別保育（申込）**
		ささみとじゃがいもの煮物	ささみ じゃがいも 人参 玉葱 昆布 しょう油	お菓子	☆ ☆ ☆	
13	土	軟飯	米	ミルク	牛乳	**特別保育（申込）**
		鯛と白菜の煮物	鯛 白菜 黄パプリカ ブロッコリー 昆布 しょう油	お菓子	☆ ☆ ☆	
15	月	軟飯	米	ミルク	牛乳	**特別保育（申込）**
		ささみとかぼちゃの煮物	ささみ かぼちゃ 玉葱 人参 昆布 しょう油	お菓子	☆ ☆ ☆	
16	火	軟飯	米	ミルク	牛乳	**特別保育（申込）**
		鮭ときゃべつの煮物	鮭 きゃべつ ピーマン 茄子 昆布 しょう油	お菓子	☆ ☆ ☆	
17	水	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		ささみとじゃがいもの煮物	ささみ じゃがいも トマト 昆布 しょう油	茹で人参のスティック	人参 昆布	
		ほうれん草のスープ	ほうれん草 煮干し しょう油			
18	木	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	サンプルは毎日お部屋においてあります。 是非、見てくださいね。
		鱈（すずき）と白菜の煮物	すずき 白菜 昆布 しょう油	チーズリゾット	粉チーズ 米	
		かぼちゃと茄子のスープ	かぼちゃ 茄子 昆布 しょう油			
19	金	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		ブロッコリーと人参の煮物	ブロッコリー 人参 ささみ 昆布 しょう油	かぼちゃのマッシュ	かぼちゃ 昆布	
		玉葱のスープ	玉葱 昆布 しょう油			
20	土	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	**家庭保育協力日**
		ささみと野菜の煮物	ささみ きゃべつ かぼちゃ 人参 昆布 しょう油	お菓子	☆ ☆ ☆	
22	月	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		鮭と玉葱の煮物	鮭 玉葱 ほうれん草 昆布 しょう油	きな粉がゆ	米 きな粉	
		パプリカの味噌汁	赤パプリカ 昆布 合わせ味噌			
23	火	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		カレイときゃべつの煮物	カレイ きゃべつ 人参 昆布 しょう油	りんごのコンポート	りんご	
		ブロッコリー味噌汁	ブロッコリー 昆布 合わせ味噌			
24	水	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		ささみとじゃがいもの煮物	ささみ じゃがいも 人参 昆布 しょう油	ミルクパンがゆ	サンドパン 粉ミルク	
		玉葱のスープ	玉葱 昆布 しょう油			
25 始業式	木	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		鯛と白菜の煮物	鯛 白菜 ブロッコリー 昆布 しょう油	茹で人参のスティック	人参 昆布	
		パプリカのスープ	黄パプリカ 煮干し しょう油			
26 地蔵祭り	金	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		ささみとかぼちゃの煮物	ささみ かぼちゃ 玉葱 昆布 しょう油	しらすがゆ	米 しらす	
		人参の味噌汁	人参 昆布 合わせ味噌			
27	土	軟飯	米	ミルク	牛乳	**家庭保育協力日**
		ささみとじゃがいもの煮物	ささみ じゃがいも 人参 玉葱 昆布 しょう油	お菓子	☆ ☆ ☆	
29	月	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		カレイと人参の煮物	カレイ 人参 昆布 しょう油	きな粉ヨーグルト	きな粉 ヨーグルト	
		チンゲン菜と玉葱の味噌汁	チンゲン菜 玉葱 昆布 合わせ味噌			
30	火	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		ささみときゃべつの煮物	ささみ きゃべつ 昆布 しょう油	じゃがいものマッシュ	じゃがいも 玉葱 昆布	
		ブロッコリーとパプリカのスープ	ブロッコリー 黄パプリカ 煮干し しょう油			
31 誕生会	水	軟飯	米	ミルク	粉ミルク	
		カラフル炒り豆腐	豆腐 玉葱 黄パプリカ ささみ 昆布 しょう油	ぶどうヨーグルト	ぶどう ヨーグルト	
		チンゲン菜のスープ	チンゲン菜 煮干し しょう油			