

2023年8月 離乳食献立表



社会福祉法人 都島友の会
ひがみや児童センター

日 曜日	AM間食	昼食	材料	間食 (3時)	材料	延長 (6時)	材料
1 火	ハイハイン	軟飯 小松菜の和え物 豆腐チャンブルー みそ汁	米 / 小松菜 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 豆腐 人参 もやし キャベツ 玉葱 醤油 上白糖 食塩 かつお昆布だし わかめ えのき茸 かつお昆布だし 味噌	お子様 せんべい	お子様 せんべい	ハイハイン野菜	ハイハイン野菜
2 水	ハイハイン 野菜	シューシー 魚の塩焼き スティック野菜 そうめん汁	米 豚肉 刻み昆布 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 豚 食塩 / 胡瓜 大根 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし そうめん オクラ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	じゃが芋もち	じゃが芋 青のり 食塩	バナナ	バナナ
3 木	ハイハイン	鶏肉のあんかけ丼ぶり 胡瓜の酢の物 みそ汁	米 鶏肉 玉葱 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 胡瓜 わかめ 酢 醤油 上白糖 かつお昆布だし 豆腐 ほうれん草 かつお昆布だし 味噌	さつま芋 スティック	さつま芋	ハイハイン	ハイハイン
4 金	ハイハイン 野菜	パン マカロニサラダ ハンバーグ 添え野菜 スープ	パン / マカロニ 胡瓜 キャベツ 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 牛肉 豚肉 鶏肉 鶏肝臓 大豆 玉葱 片栗粉 食塩 ケチャップ / 人参 じゃが芋 ブロッコリー 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし	スイカ	スイカ	お子様せんべい	お子様せんべい
5 土	ハイハイン	チキンライス スープ	米 人参 玉葱 鶏肉 ケチャップ 食塩 上白糖 大根 キャベツ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様 せんべい	お子様 せんべい		
7 月	ハイハイン 野菜	軟飯 トマトサラダ 鶏のつけ焼き 添え野菜 みそ汁	米 / トマト 胡瓜 わかめ 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 鶏肉 醤油 上白糖 / 南瓜 玉葱 豆腐 小松菜 かつお昆布だし 味噌	バナナ	バナナ	スイートポテト	さつま芋 上白糖
8 火	ハイハイン	軟飯 お浸し 魚のおろし煮 みそ汁	米 / 小松菜 キャベツ 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鰯 大根 人参 玉葱 醤油 上白糖 かつお昆布だし 厚揚げ えのき茸 かつお昆布だし 味噌	とうもろこし	とうもろこし	ハイハイン野菜	ハイハイン野菜
9 水	ハイハイン 野菜	軟飯 オレンジ 夏野菜シチュー 野菜サラダ	米 / オレンジ 豚肉 玉葱 人参 茄子 南瓜 かつお昆布だし ケチャップ 醤油 上白糖 食塩 片栗粉 キャベツ 胡瓜 ブロッコリー コーン 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし	じゃが芋 きな粉	じゃが芋 きな粉 上白糖	ハイハイン	ハイハイン
10 木	ハイハイン	軟飯 スープ マーボ豆腐 キャベツサラダ	米 / わかめ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖 豆腐 豚肉 玉葱 人参 味噌 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 キャベツ 胡瓜 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし	小倉サンド	パン ゆで小豆	お子様 せんべい	お子様せんべい
11 金		山の日					
12 土		休園					
14 月		休園					
15 火		休園					
16 水	ハイハイン 野菜	鮭寿司 ひじきと大豆の炒め煮 みそ汁	米 鮭 胡瓜 人参 コーン 酢 上白糖 食塩 ひじき 大豆 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし えのき茸 小松菜 かつお昆布だし 味噌	のり塩ポテト	じゃが芋 青のり 食塩	バナナ	バナナ
17 木	ハイハイン	軟飯 みそ汁 さき焼き風煮込み わかめと胡瓜の酢の物	米 / さつま芋 かつお昆布だし 味噌 牛肉 豆腐 玉葱 人参 白菜 醤油 上白糖 かつお昆布だし わかめ 胡瓜 酢 醤油 上白糖 かつお昆布だし	きな粉 スティックパン	パン きな粉 上白糖	コーン蒸しパン 小麦粉 油 パン用ミックス 上白糖 水 コーン	
18 金	ハイハイン 野菜	軟飯 ジャーマンボテト 鮭のみぞれ焼き すきま汁	米 / じゃが芋 玉葱 ピーマン 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鮭 味噌 上白糖 豆腐 わかめ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	豆乳蒸しパン	小麦粉 油 パン用ミックス 上白糖 豆乳	ハイハイン	ハイハイン
19 土	ハイハイン	鶏そぼろ丼ぶり みそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし キャベツ 里芋 かつお昆布だし 味噌	お子様 せんべい	お子様 せんべい		
21 月	ハイハイン 野菜	軟飯 そうめんサラダ 鶏の照り焼き みそ汁	米 / そうめん 胡瓜 人参 キャベツ コーン 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 鶏肉 醤油 上白糖 片栗粉 小松菜 油揚げ かつお昆布だし 味噌	スイカ	スイカ	ホットケーキ	小麦粉 油 パン用ミックス 上白糖 水
22 火	ハイハイン	ハヤシライス イタリアンサラダ オレンジ	米 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 かつお昆布だし ケチャップ 醤油 上白糖 食塩 片栗粉 胡瓜 ブロッコリー 人参 コーン 酢 醤油 上白糖 かつお昆布だし オレンジ	ヒラヤチー	小麦粉 水 パン用ミックス 上白糖 人参 油 キャベツ	ハイハイン野菜	ハイハイン野菜
23 水	ハイハイン 野菜	軟飯 みそ汁 魚の塩焼き 添え 昆布と豚肉の炒め物	米 / なす 厚揚げ かつお昆布だし 味噌 鰯 食塩 / ヨモギ 刻み昆布 豚肉 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし	お子様 せんべい	お子様 せんべい	人参蒸しパン	小麦粉 油 パン用ミックス 上白糖 水 人参
24 木	ハイハイン	にのう種 なすと厚揚げのそぼろ煮 おかず和え	そうめん わかめ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖 茄子 豚肉 厚揚げ 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 キャベツ 小松菜 かつお節 醤油 上白糖 かつお昆布だし	ヨーグルト ケーキ	小麦粉 油 パン用ミックス 上白糖 水 ヨーグルト	お子様せんべい	お子様せんべい
25 金	ハイハイン 野菜	軟飯 小松菜のしらす和え 鶏肉とひじきの炒め物 スープ	軟飯 / 小松菜 キャベツ しらす 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鶏肉 ひじき 玉葱 人参 ブロッコリー 醤油 上白糖 かつお昆布だし 豆腐 オクラ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	パナナ	パナナ	ハイハイン	ハイハイン
26 土	ハイハイン	チャーハン スープ	米 豚肉 人参 玉葱 コーン 醤油 上白糖 かつお昆布だし じゃが芋 キャベツ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様 せんべい	お子様 せんべい		
28 月	ハイハイン 野菜	軟飯 みそ汁 鶏肉の塩焼き 胡瓜としらすの酢の物	米 / 小松菜 豆腐 かつお昆布だし 味噌 鶏肉 食塩 わかめ 胡瓜 しらす 酢 醤油 上白糖 かつお昆布だし	きな粉/パナナ	パナナ きな粉 上白糖	オープンボート	じゃが芋 食塩
29 火	ハイハイン	タコライス 野菜のじしり オクラのスープ	米 牛肉 玉葱 醤油 上白糖 かつお昆布だし ヨモギ レタス キャベツ 人参 ピーマン 醤油 上白糖 かつお昆布だし オクラ わかめ 人参 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	フルーツ ヨーグルト	パナナ ヨーグルト	お子様せんべい	お子様せんべい
30 水	ハイハイン 野菜	軟飯 みそ汁 豚肉の生姜炒め もやしサラダ	米 / 青梗菜 かつお昆布だし 味噌 豚肉 玉葱 エリンギ 醤油 上白糖 かつお昆布だし もやし キャベツ 人参 酢 醤油 上白糖 かつお昆布だし	お子様 せんべい	お子様 せんべい	パナナ	パナナ
31 木	ハイハイン	トマトスパゲティ 冷しゃぶサラダ スープ	ハイテイ ピーマン しめじ茸 トマト 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし 豚肉 キャベツ 胡瓜 ピーマン 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 茄子 玉葱 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	じゃが芋 油 お芋 玉葱 食塩	じゃが芋 鶏肉 玉葱 コーン 食塩	ハイハイン	ハイハイン

7月に引き続き、夏野菜が登場しますが、
夏が旬のめずらしい野菜、“ゴーヤ” “そうめんかほちゅ” “とうがん” が登場します。
もずくの酢の物やトマトの甘酢漬けといったさっぱりしたメニューもあります。
そして今月は、豆腐チャンブルーやサーティアンダーガーなど沖縄料理を取り入れました。
暑い季節を食事でも楽しんでみてください。

