



8月離乳食献立予定表

日	曜	時間帯	中期（7～8ヶ月）	後期（9～11ヶ月）	完了期（1～1歳2ヶ月）	日	曜	時間帯	中期（7～8ヶ月）	後期（9～11ヶ月）	完了期（1～1歳2ヶ月）
1	金	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい	19	火	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい
		主食 五分がゆ 白身魚の煮付け風 肉じゃが風	 七分がゆ 白身魚の煮付け 肉じゃが	 軟飯 白身魚のカレー煮 肉じゃが	主食 五分がゆ ビビンバ風 中華スープ風			 七分がゆ ビビンバ風 中華スープ風	 軟飯 ビビンバ風 中華スープ		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック
4	月	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい	20	水	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい
		主食 五分がゆ 鶏肉とたまねぎの煮物風 八宝湯風	 七分がゆ 鶏肉と春雨の煮物 八宝湯	 軟飯 鶏肉と春雨の煮物 八宝湯	主食 五分がゆ 鶏肉と麩の煮物風 豆腐とわかめのすまし汁風			ひじきごはん 豆腐のすまし汁	ひじきごはん 豆腐のすまし汁		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック
5	火	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい	21	木	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい
		主食 五分がゆ ツナといんげんの煮物風 ふのすまし汁風	 七分がゆ ツナといんげんの煮物 ふのすまし汁	 軟飯 ツナといんげんの煮物 ふのすまし汁	主食 五分がゆ 鶏肉とコーンのミルク煮風 ポトフ風			鶏肉とコーンのミルク煮 ポトフ風	 軟飯 鶏肉とコーンのミルク煮 ポトフ風		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック
6	水	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい	22	金	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい
		主食 五分がゆ じゃこ豆腐風 クリームコーンスープ風	 七分がゆ じゃこ豆腐 クリームコーンスープ	 軟飯 じゃこ豆腐 クリームコーンスープ	主食 五分がゆ ツナ丼風 鶏肉とたまねぎのすまし汁風			七分がゆ ツナ丼 鶏肉とたまねぎのすまし汁	軟飯 ツナ丼 鶏団子汁		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック
7	木	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい	25	月	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい
		主食 五分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮風 豆腐のみそ汁風	 七分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮 豆腐のみそ汁	 軟飯 鶏肉とごぼうの甘煮 豆腐のみそ汁	主食 五分がゆ 白身魚の若布煮風 夏野菜のスープ風			七分がゆ 白身魚の若布煮 夏野菜のスープ	 軟飯 白身魚の若布煮 夏野菜カレー		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック
8	金	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい	26	火	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい
		主食 五分がゆ 鶏肉とチンゲンサイの煮物風 鶏肉とキャベツのスープ風	 七分がゆ 鶏肉とチンゲンサイの煮物 豚肉とキャベツのスープ	 中華麺 鶏肉とチンゲンサイの煮物 しょうゆラーメン	主食 五分がゆ 鶏肉と大根の煮付け風 小松菜のみそ汁風			七分がゆ 鶏肉と大根の煮付け 豚汁	軟飯 鶏肉と大根の煮付け 豚汁		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック
12	火	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい	27	水	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい
		主食 五分がゆ 鶏肉とチンゲンサイの煮物風 鶏肉とキャベツのスープ風	 七分がゆ 鶏肉とチンゲンサイの煮物 豚肉とキャベツのスープ	 軟飯 鶏肉とチンゲンサイの煮物 しょうゆラーメン	主食 五分がゆ ツナのコーン煮風 オニオンスープ風			七分がゆ ツナのコーン煮 オニオンスープ	 軟飯 ツナのコーン煮 オニオンスープ		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック
13	水	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい	28	木	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい
		主食 五分がゆ 鶏肉とチンゲンサイの煮物風 鶏肉とキャベツのスープ風	 七分がゆ 鶏肉とチンゲンサイの煮物 豚肉とキャベツのスープ	 軟飯 鶏肉とチンゲンサイの煮物 しょうゆラーメン	主食 五分がゆ 鮭とキャベツの煮物風 具だくさん汁風			七分がゆ 鮭とキャベツの煮物 具だくさん汁	軟飯 鮭とキャベツの煮物 具だくさん汁		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック
14	木	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい	29	金	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい
		主食 五分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮風 たまねぎのみそ汁風	 七分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮 たまねぎのみそ汁	 軟飯 鶏肉とにんじんの甘煮 たまねぎのみそ汁	主食 五分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮煮風 肉みそうどん			七分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮煮 肉みそうどん	 うどん 鶏肉とにんじんの甘煮煮 肉みそうどん		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック
15	金	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい	30	土	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい
		主食 五分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮風 たまねぎのみそ汁風	 七分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮 たまねぎのみそ汁	 軟飯 鶏肉とにんじんの甘煮 たまねぎのみそ汁	主食 五分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮煮風 肉みそうどん			七分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮煮 肉みそうどん	 うどん 鶏肉とにんじんの甘煮煮 肉みそうどん		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック
18	月	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	しらすせんべい	しらすせんべい	31	火	10時おやつ	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	いわしせんべい
		主食 五分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮風 たまねぎのみそ汁風	 七分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮 たまねぎのみそ汁	 軟飯 鶏肉とにんじんの甘煮 たまねぎのみそ汁	主食 五分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮煮風 肉みそうどん			七分がゆ 鶏肉とにんじんの甘煮煮 肉みそうどん	 うどん 鶏肉とにんじんの甘煮煮 肉みそうどん		
		14時おやつ	むらさき芋せんべい	むらさき芋せんべい	とうもろこしスナック			14時おやつ	むらさき芋せんべい	おいもスナック	おいもスナック

生活リズムを整えるために

夜は早めに寝る

朝起きたときに日光を浴びる

朝ごはんをよくかんで食べる

朝日を浴びると、「セロトニン」という脳内物質が分泌されて、日中の活動を支えるとともに、心のバランスを整えてくれます。

- ※ 献立について詳しくお知りになりたい方は、保育園までお問い合わせ下さい。
 ※ 青果等、使用予定産地をあま市公式ウェブサイトに掲載していますのでご覧ください。
 ※ 食材の調達の都合により、食材及び献立を変更することがあります。
 ※ おやつについては、終売等により変更することがあります。

