

# 8月の離乳食献立表（初期～中期）

令和7年8月1日

池田市立保育所・認定こども園

実施日	初期（5～6ヶ月）			中期（7～8ヶ月）			
	献立名	食品名	間食	午前間食	献立名	午後間食	食品名
1(金)	すりつぶしがゆ 魚のすり流し 野菜のミルク煮	米 赤魚 大根 片栗粉 だし汁 さつまいも 玉ねぎ 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆ミルクゼリー ビスケット	米/赤魚 しょう油 三温糖 だし汁 片栗粉 代替) 豚肉 / さつまいも 大根 玉ねぎ 人参 みそ だし汁 (ゼラチン 育児用ミルク)
2(土)	うどんのくたくた煮 豆腐のすり流し	うどん キャベツ 人参 だし汁 木綿豆腐 小松菜 だし汁	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん 野菜スープ	調乳 やわらかふかしおじゃが せんべい	うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ しょう油 だし汁 / 木綿豆腐 小松菜 人参 しょう油 だし汁 (じゃがいも)
4(月)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米 かぼちゃ なす 玉ねぎ だし汁 キャベツ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 夏野菜の肉じゃが 煮びたし・ヨーグルト	調乳 くだもの(すいか) せんべい	米/豚肉 なす コーン缶 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 だし汁 しょう油 三温糖 / キャベツ きゅうり しょう油 三温糖 だし汁 / ヨーグルト(プレーン) (すいか)
5(火)	すりつぶしがゆ 魚のすり流し 豆腐のすりつぶし	米 カレー 大根 片栗粉 だし汁 木綿豆腐 チンゲン菜 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/カレー 大根 しょう油 三温糖 だし汁 片栗粉 代替) 豚肉 / 木綿豆腐 チンゲン菜 人参 玉ねぎ みそ だし汁 (フレッシュゼリー)
6(水)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のくたくた煮	米 木綿豆腐 きゅうり だし汁 冬瓜 人参 だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豆腐と野菜の煮物 冬瓜のスープ・青のり	調乳 ☆ミルクゼリー せんべい	米/木綿豆腐 人参 きゅうり コーン缶 しょう油 だし汁 三温糖 / 冬瓜 鶏肉 人参 だし汁 三温糖 しょう油 代替) 豚肉 / 青のり (ゼラチン 育児用ミルク)
7(木)	パンがゆ 魚のすり流し マッシュポテト	ロールパン 野菜スープ カレー 玉ねぎ 片栗粉 だし汁 じゃが芋 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 魚と野菜のミルク煮 肉と野菜の煮物	調乳 くだもの(メロン) せんべい	ロールパン 野菜スープ / カレイ じゃがいも 玉ねぎ 人参 だし汁 育児用ミルク 代替) 豚肉 / 豚肉 玉ねぎ キャベツ しょう油 三温糖 だし汁 (メロン)
8(金)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米 キャベツ 玉ねぎ だし汁 じゃがいも 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏の煮物・野菜スープ デザート(バナナ)	調乳 ビスケット せんべい	米/鶏むね肉 キャベツ 三温糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / キャベツ 玉ねぎ 人参 じゃがいも だし汁 しょう油 / バナナ
9(土)	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜のすりつぶし	米 大根 人参 育児用ミルク 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	わかめがゆ 豚汁 くだもの(バナナ)	調乳 みかんゼリー せんべい	米 わかめ / 豚肉 大根 人参 玉ねぎ だし汁 みそ / バナナ (みかんゼリー)
12(火)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のくたくた煮	米 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁 キャベツ ほうれん草 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐とひき肉のみそ煮 野菜スープ	調乳 やわらかふかしおじゃが	米/木綿豆腐 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 みそ 三温糖 だし汁 片栗粉 代替) じゃがいも / キャベツ 人参 ほうれん草 しょう油 だし汁 / (じゃがいも)
13(水)	すりつぶしがゆ 魚のすり流し 豆腐のすりつぶし	米 カレー 人参 片栗粉 だし汁 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 魚の白みそ煮 卵黄汁	調乳 ☆やわらか ヨーグルト蒸しパン	米/カレー 人参 白みそ だし汁 片栗粉 代替) 豚肉 / 卵黄 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁 しょう油 代替) 豚肉 / (ホットケーキミックス ヨーグルト(プレーン) 育児用ミルク)
14(木)	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	米 かぼちゃ 育児用ミルク 大根 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ かぼちゃの煮物・すまし汁 デザート(バナナ)	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/鶏肉 かぼちゃ 人参 だし汁 三温糖 片栗粉 しょう油 代替) 豚肉 / 大根 人参 だし汁 しょう油 / バナナ (フレッシュゼリー)
15(金)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 豆腐のすり流し	米 はくさい 人参 だし汁 木綿豆腐 大根 だし汁	調乳	調乳 せんべい	人参がゆ 野菜と高野の卵黄とじ みそ汁	調乳 ☆やわらか蒸しパン	米 人参 / 卵黄 豚ひき肉 はくさい 人参 高野豆腐 だし汁 しょう油 三温糖 代替) 豚肉 / 木綿豆腐 はくさい 人参 大根 だし汁 みそ (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
16(土)	うどんのくたくた煮 野菜のすりつぶし	うどん 玉ねぎ だし汁 さつまいも 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん 野菜スープ	調乳 やわらかふかしおじゃが せんべい	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 / 玉ねぎ 人参 だし汁 しょう油 (さつまいも)
18(月)	すりつぶしがゆ マッシュポテト 野菜のくたくた煮	米 じゃがいも 育児用ミルク きゅうり 玉ねぎ だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが・煮びたし ヨーグルト	調乳 くだもの(すいか) せんべい	米/豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しょう油 三温糖 だし汁 / きゅうり 人参 コーン缶 しょう油 三温糖 だし汁 / ヨーグルト(プレーン) (すいか)
19(火)	パンがゆ 野菜の煮つぶし 豆腐のすり流し	食パン 育児用ミルク なす キャベツ だし汁 木綿豆腐 ほうれん草 だし汁	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ なすのそぼろ煮・野菜スープ デザート(メロン)	調乳 やわらかふかしおじゃが	食パン 育児用ミルク / なす 牛ひき肉 玉ねぎ 人参 だし汁 しょう油 三温糖 代替) 豚ひき肉 / 玉ねぎ キャベツ 人参 木綿豆腐 ほうれん草 しょう油 だし汁 / メロン (さつまいも)
20(水)	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のすりつぶし	米 カレー 人参 片栗粉 だし汁 大根 はくさい だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 煮魚 すまし汁	調乳 くだもの(バナナ) せんべい	米/カレー キャベツ しょう油 三温糖 だし汁 片栗粉 代替) 豚肉 / 大根 人参 玉ねぎ はくさい しょう油 だし汁 / (バナナ)
21(木)	パンがゆ 豆腐のすり流し マッシュポテト	ロールパン 野菜スープ 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁 じゃがいも 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 豆腐のコーンクリーム煮 野菜スープ	調乳 ビスケット せんべい	ロールパン 野菜スープ / 木綿豆腐 豚ひき肉 人参 玉ねぎ コーン缶(ホール) しょう油 三温糖 だし汁 育児用ミルク 代替) じゃがいも / じゃがいも 人参 だし汁 しょう油 /
22(金)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし そうめんのくたくた煮	米 冬瓜 玉ねぎ だし汁 そうめん 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ 冬瓜のあんかけ そうめんのみそ汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米/カレー キャベツ しょう油 三温糖 だし汁 片栗粉 代替) 豚肉 / そうめん 人参 玉ねぎ だし汁 みそ / (ホットケーキミックス 育児用ミルク)
23(土)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のすりつぶし	米 木綿豆腐 チンゲン菜 だし汁 玉ねぎ 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	人参がゆ みそ汁 くだもの(バナナ)	調乳 みかんゼリー せんべい	米 人参 / 木綿豆腐 チンゲン菜 人参 玉ねぎ だし汁 みそ 代替) 豚肉 / バナナ (みかんゼリー)
25(月)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 豆腐のすり流し	米 なす 玉ねぎ だし汁 木綿豆腐 ほうれん草 だし汁	調乳	調乳 せんべい	かゆ なすのそぼろ煮 みそ汁	調乳 ☆やわらか お好み焼き	米/豚ひき肉 なす 人参 玉ねぎ 片栗粉 しょう油 三温糖 だし汁 / 木綿豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 だし汁 みそ / (豚肉 キャベツ 小麦粉 だし汁 あおりの)
26(火)	パンがゆ 白身魚のすり流し 野菜のくたくた煮	食パン 育児用ミルク カレー 玉ねぎ 片栗粉 だし汁 ブロッコリー 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	パン粥 白身魚のトマト煮・煮浸し デザート(バナナ)	調乳 ☆きな粉ミルクゼリー せんべい	食パン 育児用ミルク / カレイ じゃがいも 玉ねぎ 人参 ブロッコリー トマトピューレ 三温糖 代替) 豚肉 / ほうれん草 冷凍コーン 大豆 しょう油 三温糖 だし汁 / バナナ (育児用ミルク きな粉 ゼラチン)
27(水)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 豆腐のすり流し	米 キャベツ チンゲン菜 だし汁 木綿豆腐 人参 だし汁	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豚肉と野菜のみそ煮 卵黄汁	調乳 ☆やわらか キャロット蒸しパン	米/豚肉 キャベツ 人参 みそ 三温糖 小麦粉 / 卵黄 木綿豆腐 人参 チンゲン菜 しょう油 三温糖 だし汁 片栗粉 (にんじんジュース ホットケーキミックス)
28(木)	パンがゆ 野菜のすりつぶし 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク かぼちゃ 玉ねぎ だし汁 小松菜 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ かぼちゃの卵黄とじ 野菜スープ	調乳 やわらかふかしおじゃが せんべい	ロールパン 育児用ミルク / かぼちゃ ほうれん草 玉ねぎ 卵黄 三温糖 しょう油 だし汁 代替) 豚肉 / 豚肉 人参 小松菜 しょう油 だし汁 (さつまいも)
29(金)	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のミルク煮	米 木綿豆腐 玉ねぎ だし汁 かぼちゃ 人参 育児用ミルク	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉と豆腐の煮物 みそ汁	調乳 くだもの(バナナ) せんべい	米/鶏肉 木綿豆腐 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 片栗粉 しょう油 三温糖 だし汁 代替) 豚肉 代替) じゃが芋 / かぼちゃ 玉ねぎ 人参 だし汁 みそ (バナナ)
30(土)	うどんのくたくた煮 野菜の煮つぶし	うどん キャベツ だし汁 小松菜 大根 人参 だし汁	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん すまし汁	調乳 やわらかふかしおじゃが せんべい	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ だし汁 三温糖 しょう油 / 小松菜 人参 大根 だし汁 しょう油 (じゃがいも)

☆印は手作りおやつです。