

2021年8月



予定献立表・離乳食

ハッピーちゃいるど保育園

自安月		初期 5・6月月齢	中期 7・8月月齢	後期 9~11ヶ月齢	完了期 12~18ヶ月齢	自安月		初期 5・6月月齢	中期 7・8月月齢	後期 9~11ヶ月齢	完了期 12~18ヶ月齢	
月	日	食事	食事	食事	食事	水	日	食事	食事	食事	食事	
月	2	おかゆ さつま芋の煮つぶし きゃべつのすりながし スープ ミルク	おかゆ さつま芋のそぼろあん きゃべつのやわらか漫し スープ ミルク	軟飯 さつま芋の甘辛炒め 胡瓜のツナ和え 味噌汁	ごはん とまとさつま芋の煮つぶし 大根のすりながし スープ ミルク	水	18	おかゆ さつま芋の煮つぶし 大根のすりながし スープ ミルク	おかゆ さつま芋のそぼろあん コロコロ野菜煮 スープ ミルク	パナ子なごヨーグルト 牛乳	パナ子なごヨーグルト 牛乳	
		おやつ ミルク	ミルク	フレンチトースト ミルク	フレンチトースト 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
火	3	風食 ブロッコリーのすりながし 大根のすりながし スープ ミルク	おかゆ 餅の照り煮 大根のやわらか煮 スープ ミルク	軟飯 餅の煮沸揚げ 大根サラダ 味噌汁	ごはん 餅の煮沸揚げ 大根のやわらか煮 味噌汁	木	19	おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
		おやつ ミルク	ミルク	南瓜の煮つぶし 南瓜とひじき煮 フルーツ スープ ミルク	南瓜の煮つぶし 南瓜とひじき煮 フルーツ スープ ミルク			おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
水	4	風食 野菜第3 南瓜の煮つぶし フルーツ スープ ミルク	おかゆ いとうごり野菜第3 南瓜とひじき煮 フルーツ スープ ミルク	軟飯 いとうごり野菜第3 南瓜とひじき煮 フルーツ スープ ミルク	ごはん 南瓜の煮つぶし 白菜のすりながし スープ ミルク	金	20	おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
		おやつ ミルク	ミルク	ホットケーキ 牛乳	ホットケーキ 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
木	5	風食 ブロッコリーのすりながし じゃが芋の煮つぶし スープ ミルク	おかゆ 温野菜のそぼろ煮 じゃが芋のやわらか煮 スープ ミルク	軟飯 温野菜そぼろ煮 じゃが芋のやわらか煮 味噌汁	ごはん 温野菜そぼろ煮 じゃが芋のやわらか煮 味噌汁	土	21	おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
		おやつ ミルク	ミルク	わかめ軟飯 牛乳	わかめおにぎり 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	メイプルクッキー 牛乳	メイプルクッキー 牛乳	
金	6	風食 豆腐のすりながし 豆腐のそぼろあん きゃべつのすりながし スープ ミルク	おかゆ 豆腐のそぼろあん きゃべつのやわらか漫し スープ ミルク	軟飯 豆腐ハンバーグ きゃべつのごま和え 味噌汁	ごはん 豆腐のそぼろあん きゃべつのやわらか漫し スープ 味噌汁	月	23	おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
		おやつ ミルク	ミルク	マカロニきなこ 牛乳	マカロニきなこ 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	アップルゼリー 牛乳	アップルゼリー 牛乳	
土	7	風食 玉ねぎのすりながし 白鳥魚の野菜あん じゃが芋の煮つぶし スープ ミルク	おかゆ 玉ねぎのすりながし 白鳥魚の野菜あん じゃが芋の煮物 スープ ミルク	軟飯 ゆかり野菜 白鳥魚の野菜あん じゃが芋の煮物 スープ	ごはん 玉ねぎのすりながし 白鳥魚の野菜あん じゃが芋の煮物 スープ	火	24	おやつ ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
		おやつ ミルク	ミルク	ヨーグルトゼリー 牛乳	ヨーグルトゼリー 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	バナナフランニー 牛乳	バナナフランニー 牛乳	
月	9	風食	山の日振替休日		山の日振替休日		水	25	おやつ ミルク	ミルク	ミルク	
		おやつ ミルク							おやつ ミルク	ミルク	ミルク	
火	10	風食 豆腐のすりながし 胡瓜のすりながし スープ ミルク	おかゆ そぼろ豆腐 きゃべつのやわらか漫し スープ ミルク	軟飯 そぼろ豆腐 きゃべつの味噌和え すまし汁	ごはん 肉豆腐 きゃべつの味噌和え すまし汁	木	26	おやつ ミルク	ミルク	きなこおむラスク 牛乳	きなこおむラスク 牛乳	
		おやつ ミルク	ミルク	バナナスクエア 牛乳	バナナスクエア 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	わいかめおにぎり 牛乳	わいかめおにぎり 牛乳	
水	11	風食 ほうれん草のすりながし 人参のすりながし 白鳥魚のトマト煮 三色やわらか漫し スープ ミルク	おかゆ ほうれん草のすりながし 人参のすりながし 白鳥魚のトマト煮 三色やわらか漫し スープ ミルク	軟飯 ほうれん草のトマト煮 三色やわらか漫し すまし汁	ごはん 白鳥魚の若草焼き 胡瓜のナムル すまし汁	金	27	おやつ ミルク	ミルク	わいかめおにぎり 牛乳	わいかめおにぎり 牛乳	
		おやつ ミルク	ミルク	そぼろ軟飯 牛乳	ショーシー(赤身肉ごはん)			おやつ ミルク	ミルク	わいかめおにぎり 牛乳	わいかめおにぎり 牛乳	
木	12	風食 じゃが芋の煮つぶし きゃべつのすりながし スープ ミルク	おかゆ じゃが芋の煮つぶし きゃべつのすりながし スープ ミルク	軟飯 じゃが芋のそぼろ煮 きゃべつのやわらか漫し スープ	ごはん じゃが芋のそぼろ煮 きゃべつのやわらか漫し スープ	土	28	おやつ ミルク	ミルク	わいかめおにぎり 牛乳	わいかめおにぎり 牛乳	
		おやつ ミルク	ミルク	オレンジフレンチトースト 牛乳	オレンジフレンチトースト 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	わいかめおにぎり 牛乳	わいかめおにぎり 牛乳	
金	13	風食 くたくたうどん	おかゆ 南瓜の煮つぶし 南瓜のやわらか煮 フルーツ 豆腐スープ ミルク	煮込みうどん 南瓜のやわらか煮 フルーツ 豆腐スープ ミルク	精きうどん 南瓜のキンピラ風 フルーツ 豆腐スープ	月	30	おやつ ミルク	ミルク	キャラロットゼリー 牛乳	キャラロットゼリー 牛乳	
		おやつ ミルク	ミルク	五平もち(軟飯) 牛乳	五平もち 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	ちんすこう 牛乳	ちんすこう 牛乳	
土	14	風食 おかゆ じゃが芋の煮つぶし 人参のすりながし スープ ミルク	おかゆ おかゆ 鶏の照り煮 人参のやわらか煮 スープ ミルク	軟飯 鶏の照り煮 人参のやわらか煮 味噌汁	ごはん タンドリーチキン 人参のりしり 味噌汁	火	31	おやつ ミルク	ミルク	ちんすこう 牛乳	ちんすこう 牛乳	
		おやつ ミルク	ミルク	オレンジポンチ 牛乳	オレンジポンチ 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	白鳥魚のトマト煮 南瓜のやわらか煮 スープ ミルク	白鳥魚のオニオンソース かほちやサラダ 味噌汁	
月	16	風食 豆腐のすりながし 大根のすりながし スープ ミルク	おかゆ 豆腐のそぼろあん コロコロ野菜煮 スープ ミルク	軟飯 豆腐のそぼろあん コロコロ野菜煮 スープ ミルク	豆腐の肉みそ スティック野菜マヨ添え すまし汁	夏バテ予防!	8月	おやつ ミルク	ミルク	みぞ蒸しパン 牛乳	みぞ蒸しパン 牛乳	
		おやつ ミルク	ミルク	★お楽しみおやつ 牛乳	★お楽しみおやつ 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	匂わせよう	匂わせよう	
火	17	風食 くたくたにゅうめん きゃべつのすりながし フルーツ スープ ミルク	おかゆ にゅうめん きゃべつのやわらか漫し フルーツ スープ ミルク	ミートソーススパゲティ きゃべつのやわらか漫し フルーツ スープ	ミートソーススパゲティ さわやか噴け フルーツ スープ	8月	夏バテ予防!	おやつ ミルク	ミルク	最近では、無理な量の食事に体が対応できなくなり、なんとなく体がだるかったり、食欲不振になると頭に起る体の不調現象です。	最近では、無理な量の食事に体が対応できなくなり、なんとなく体がだるかったり、食欲不振になると頭に起る体の不調現象です。	
		おやつ ミルク	ミルク	さけぬき軟飯 牛乳	さけぬき軟飯 牛乳			おやつ ミルク	ミルク	季節に適した野菜を多く摂取して、水分を多く取ることで、夏バテによる頭痛や倦怠感を防ぐことができます。また熱帯夜によく眠気が起きてしまったり、頭痛が悪くなることがあります。頭痛が悪くなる場合は、頭痛止め薬を飲むのが効果的です。	季節に適した野菜を多く摂取して、水分を多く取ることで、夏バテによる頭痛や倦怠感を防ぐことができます。また熱帯夜によく眠気が起きてしまったり、頭痛が悪くなることがあります。頭痛が悪くなる場合は、頭痛止め薬を飲むのが効果的です。	

●ご当地の特産品や季節の野菜を多く取り入れています。
●おやつメニューを「キャラクター」「キャラクターネイチャーブレーフ」等、乳製品不使用のものを用意しております。
●外食料にて購入した野菜を用いています。
●外食料にて購入した野菜を用いています。

☆夏の葉菜☆
なす・かぼちゃ・おくら・ゴーヤ
枝豆・ビーマン・レタス・マト
青唐草・とうもろこし・とうがらし

株式会社 セプト