



8 月 献 立 表



8月の献立のテーマは「暑い夏を乗り切ろう」です。

今月の旬の食材は…きゅうり、なす、かぼちゃ、トマト、ピーマン、オクラなどです。

日	曜	献 立 表	午後のおやつ
1	土	炒め豆腐・小松菜の浸し・かぼちゃの甘煮	お菓子
3	月	魚のから揚げ・中華風サラダ・にんじんの甘煮・柑橘類	ココアクッキー
4	火	鶏チリソース風・中華あえ・チーズポテト・バナナ	シュガーパイ
5	水	卵の野山焼き・茹きゃべツ・ジャーマンポテト	きなこ入り豆乳蒸しパン
6	木	鶏肉と昆布の煮込み・ごまきゅうり・パインアップル	スイカゼリー
7	金	冷やし中華そば・かえりの佃煮・トマト・バナナ	ジャムサンド
8	土	炒めビーフン・ごまきゅうり・粉ふきいも	お菓子
10	月	白身魚のフライ・しらすと小松菜の和えもの・かぼちゃの煮付・コンソメスープ・	お麩のラスク
12	水	カレー・中華和え・バナナ	黒糖くずもち
17	月	魚の照焼き・じゃがいものきんぴら・きゅうりの即席漬・パインアップル	ピザトースト
18	火	ビビンバ・もずくスープ・トマト・柑橘類 ※ご飯はいりません	マフィン
19	水	和風ハンバーグ・野菜ソテー・粉ふきいも・バナナ	小狐ご飯
20	木	肉味噌あんかけうどん・ピーマンとちりめんじゃこのしょうゆ炒り・パインアップル	ココアゼリー
21	金	白身魚の磯辺揚げ・和風サラダ・かぼちゃの煮付	人参ケーキ
22	土	肉じゃが・小松菜のごまあえ・スティックきゅうり	お菓子
24	月	焼魚・冷拌三糸・じゃこなす・バナナ	かぼちゃクッキー
25	火	豆腐のまり揚げ・ナムル・粉ふきいも・鉄強化乳飲料	お誕生日ケーキ
26	水	スパゲティナポリタン・塩もみきゅうり・柑橘類	カレーピラフ
27	木	鶏肉の塩焼き・かぼちゃのそぼろ煮・にんじんしりしり・バナナ※ご飯はいりません	バナナのヨーグルト和え
28	金	かきあげ・切干大根の酢のもの・柑橘類	黄な粉ラスク
29	土	焼豆腐の含め煮・オクラの浸し・スティックきゅうり	お菓子
31	月	ムニエル・ごま酢あえ・トマト・柑橘類	じゃがいももち



8 月 離乳献立表



日	曜	献立表
1	土	高野豆腐の煮物・茹きゅうり
3	月	白身魚の煮つけ・茹野菜・柑橘類
4	火	チキンスープ・茹ポテト・バナナ
5	水	野菜スープ・茹キャベツ・果物
6	木	チキンスープ・茹きゅうり・果物
7	金	煮込みそば・かえりのふりかけ・バナナ
8	土	煮込みビーフン・茹きゅうり・バナナ
10	月	白身魚と野菜の煮込み・かぼちゃの煮付・柑橘類
12	水	ミートスープ・茹グリーンアスパラ・柑橘類
17	月	煮魚・茹きゅうり・果物
18	火	ミートスープ・トマト・果物
19	水	豆腐スーパ・茹ポテト・バナナ
20	木	煮込みうどん・茹野菜・果物
21	金	白身魚の煮つけ・茹かぼちゃ・果物
22	土	肉じゃが・茹きゅうり・果物
24	月	白身魚のスープ・茹野菜・バナナ
25	火	豆腐のスープ・茹ポテト・果物
26	水	煮込みスパ・茹きゅうり・柑橘類
27	木	チキンスープ・茹野菜・バナナ
28	金	野菜スープ・茹野菜・柑橘類
29	土	豆腐のスープ・茹オクラ・果物
31	月	白身魚と野菜の煮込み・トマト・柑橘類

