



# 8月献立表

☆ 8月献立のテーマは「夏野菜をもりもり食べよう！」



今月の旬の食材は … なす・かぼちゃ・ピーマン・きゅうり・トマトです。

| 日  | 曜 | 献立名   | おやつ         |
|----|---|---|-------------|
| 1  | 月 | ムニエル・中華風サラダ・かぼちゃの甘煮・パインアップル                   | オレンジゼリー     |
| 2  | 火 | ハッシュド・ビーフ・大根ときゅうりの和風サラダ・冷凍みかん                 | レモンラスク      |
| 3  | 水 | 若鶏の中華風炒め・かぼちゃの甘煮・すいか                          | 黄な粉蒸しパン     |
| 4  | 木 | 鶏肉の塩焼き・ピーマンのみそ煮・粉ふきいも・柑橘類                     | じやこ菜めし      |
| 5  | 金 | 冷やし中華そば・かえりの佃煮・バナナ                            | マーブルケーキ     |
| 6  | 土 | 炒め豆腐・スティックきゅうり・バナナ                            | お菓子         |
| 8  | 月 | 魚の味噌焼き・和風サラダ・ひじきの煮付・すいか                       | 利休饅頭        |
| 9  | 火 | 肉みそあんかけうどん・トマト・冷凍みかん                          | もちもちパン      |
| 10 | 水 | お好み焼・スティックきゅうり・バナナ                            | シュガーパイ      |
| 16 | 火 | ミートスペゲティ・フライドポテト・柑橘類                          | パン          |
| 17 | 水 | 豚肉と野菜のカレー炒め・塩もみきゅうり・パインアップル                   | じやがいももち     |
| 18 | 木 | 焼魚・五目きんぴら・茹オクラ・柑橘類                            | トーステッドチーズパイ |
| 19 | 金 | ☆ お楽しみ献立 ☆ ※ご飯はいりません<br>ビビンバ・わかめスープ・トマト・冷凍みかん | きな粉サブレ      |
| 20 | 土 | 豚肉のいなか煮・小松菜の浸し・バナナ                            | お菓子         |
| 22 | 月 | 魚の酢豚風・きゅうりの即席漬・バナナ                            | パインケーキ      |
| 23 | 火 | オムレツ・茹キャベツ・糸切り昆布の煮付・柑橘類                       | ピザトースト      |
| 24 | 水 | 焼豆腐の含め煮・フライドポテト・パインアップル                       | ココアゼリー      |
| 25 | 木 | かきあげ・切干大根の酢のもの・柑橘類                            | コーン蒸しパン     |
| 26 | 金 | 鶏肉の照焼き・スペゲティのカレーソテー・にんじんの甘煮・冷凍みかん※ご飯はいりません    | 誕生日ケーキ      |
| 27 | 土 | 肉じゃが・キャベツの浸し・バナナ                              | お菓子         |
| 29 | 月 | 魚のチーズ焼き・じゃがいものきんぴら・茹キャベツ・柑橘類                  | しょうゆ焼きそば    |
| 30 | 火 | ハンバーグステーキ・野菜ソテー・にんじんの甘煮・バナナ                   | パインゼリー      |
| 31 | 水 | エビチリソース風・きゅうりとなすの即席漬・フライドかぼちゃ・柑橘類             | ジャムサンド      |



## 8月離乳献立表

☆ 8月献立のテーマは「夏野菜をもりもり食べよう！」



今月の旬の食材は … なす・かぼちゃ・ピーマン・きゅうり・トマトです。

| 日  | 曜 | 献立名                      |
|----|---|--------------------------|
| 1  | 月 | 白身魚と野菜のスープ・茹かぼちゃ・パインアップル |
| 2  | 火 | ミートスープ・茹きゅうり・みかん         |
| 3  | 水 | チキンスープ・かぼちゃの甘煮・すいか       |
| 4  | 木 | 鶏肉と野菜の柔らか煮・茹ポテト・柑橘類      |
| 5  | 金 | 煮込みそば・かえりのふりかけ・バナナ       |
| 6  | 土 | 炒め豆腐・茹きゅうり・バナナ           |
| 8  | 月 | 煮魚・茹きゅうり・果物              |
| 9  | 火 | 煮込みうどん・トマト・みかん           |
| 10 | 水 | 野菜スープ・茹きゅうり・バナナ          |
| 16 | 火 | スープスパゲティ・茹ポテト・柑橘類        |
| 17 | 水 | 豚肉と野菜のスープ・茹きゅうり・果物       |
| 18 | 木 | 白身魚と野菜の煮つけ・茹オクラ・柑橘類      |
| 19 | 金 | ミートスープ・トマト・みかん           |
| 20 | 土 | 豚肉と野菜の煮つけ・茹小松菜・バナナ       |
| 22 | 月 | 魚の野菜スープ・茹きゅうり・バナナ        |
| 23 | 火 | ポテトスープ・茹キャベツ・柑橘類         |
| 24 | 水 | 焼豆腐のスープ・茹ポテト・果物          |
| 25 | 木 | 野菜スープ・茹きゅうり・柑橘類          |
| 26 | 金 | チキンスープ・茹にんじん・みかん         |
| 27 | 土 | 肉じゃが・キャベツの浸し・バナナ         |
| 29 | 月 | 煮魚・茹キャベツ・柑橘類             |
| 30 | 火 | そぼろスープ・にんじんの甘煮・バナナ       |
| 31 | 水 | 白身魚と野菜の煮つけ・茹かぼちゃ・柑橘類     |

