



令和8年度 8月離乳食献立表



※嘉麻市立保育所では7～8カ月の献立より、離乳食を提供します。

嘉麻市立保育所

	時間帯	5～6ヶ月頃	7～8ヶ月頃	9～12ヶ月頃
01(土)	昼食	つぶしがゆ じゃがいもと玉ねぎのとりとろ キャベツと人参のとりとろ	おかゆ ささ身とじゃがいもと玉ねぎの柔らか煮 キャベツと人参のだし煮	おかゆ又は軟飯 牛肉とじゃがいもと玉ねぎのトマト煮 キャベツと人参の和え物
03(月)	昼食	つぶしがゆ 豆腐と人参のとりとろ キャベツとほうれん草のとりとろ	おかゆ ささ身と豆腐と人参の柔らか煮 キャベツとほうれん草のしらす干し煮	おかゆ又は軟飯 松風焼き風、しらす干し和え添え みそ汁風
04(火)	昼食	つぶしがゆ 人参と玉ねぎのとりとろ 豆腐の裏ごし	おかゆ 白身魚と人参と玉ねぎの柔らか煮 豆腐と野菜のだしスープ バナナマッシュ	おかゆ又は軟飯 鮭の照り焼き わかめ汁風 バナナ
05(水)	昼食	つぶしがゆ じゃがいもと人参のとりとろ 玉ねぎと大根のとりとろ	おかゆ ささ身とじゃがいもと人参の柔らか煮 そうめんと野菜のだし煮	おかゆ又は軟飯 五目大豆風 そうめん汁風
06(木)	昼食	つぶしがゆ 小松菜と玉ねぎのとりとろ キャベツと人参のとりとろ	おかゆ ささ身と小松菜と玉ねぎの柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮	おかゆ又は軟飯 豚肉と野菜の炒め煮 コーンスープ風
07(金)	昼食	つぶしがゆ じゃがいもと人参のとりとろ 麩と玉ねぎのとりとろ	おかゆ ささ身とじゃがいもと人参の柔らか煮 麩と野菜のだし煮	おかゆ又は軟飯 鶏肉の柔らか煮、じゃがいものマッシュ添え みそ汁風
08(土)	昼食	つぶしがゆ 白菜と人参のとりとろ 玉ねぎと小松菜のとりとろ	おかゆ ささ身と白菜と人参の柔らか煮 玉ねぎと小松菜のだし煮	おかゆ又は軟飯 野菜のあんかけ丼風 すまし汁風
10(月)	昼食	つぶしがゆ 人参と玉ねぎのとりとろ 麩とキャベツのとりとろ	おかゆ ささ身と人参と玉ねぎの柔らか煮 麩とキャベツのだし煮	おかゆ又は軟飯 ささ身と人参と玉ねぎのトマト煮 キャベツと人参の和え物
12(水)	昼食	つぶしがゆ 小松菜と玉ねぎのとりとろ 麩と人参のとりとろ	おかゆ ささ身と小松菜と玉ねぎ柔らか煮 麩と野菜のだしスープ 刻みオレンジ	おかゆ又は軟飯 ふわふわ親子丼風 人参ときゅうりの和え物 オレンジ
13(木)	昼食	つぶしがゆ 玉ねぎと人参のとりとろ じゃがいものペースト	おかゆ ささ身と玉ねぎと人参の柔らか煮 じゃがいもと野菜のだしスープ	おかゆ又は軟飯 肉じゃが風 コンソメスープ風
14(金)	昼食	つぶしがゆ 玉ねぎとキャベツのとりとろ 麩と人参のとりとろ	おかゆ ささ身と玉ねぎとキャベツの柔らか煮 麩と野菜のだしスープ	おかゆ又軟飯 豚丼風 すまし汁風
15(土)	昼食	つぶしがゆ 豆腐と玉ねぎのとりとろ 人参のペースト	おかゆ ささ身と豆腐と玉ねぎの柔らか煮 人参と玉ねぎのだしスープ	おかゆ又は軟飯 麻婆豆腐風 わかめスープ風
17(月)	昼食	つぶしがゆ 玉ねぎとかぼちゃのとりとろ 人参とじゃがいものとりとろ	おかゆ ささ身と玉ねぎとかぼちゃの柔らか煮 人参とじゃがいもの柔らか煮	おかゆ又は軟飯 豚肉と野菜の煮物 きゅうりとトマトの和え物
18(火)	昼食	つぶしがゆ 玉ねぎと人参のとりとろ さつまいものペースト	おかゆ ささ身と玉ねぎと人参の柔らか煮 さつまいもと野菜のだしスープ	おかゆ又は軟飯 豆腐ハンバーグ、人参とツナの炒め煮添え 冬瓜のスープ風
19(水)	昼食	つぶしがゆ じゃがいもと玉ねぎのとりとろ 麩と人参のとりとろ	おかゆ ささ身とじゃがいもと玉ねぎの柔らか煮 麩と人参の野菜のだし煮	おかゆ又は軟飯 ささ身とじゃがいもと玉ねぎの煮物 野菜スープ風
20(木)	昼食	つぶしがゆ 小松菜と人参のとりとろ かぼちゃと玉ねぎのとりとろ	おかゆ 白身魚と小松菜と人参の柔らか煮 かぼちゃと玉ねぎのだしスープ	おかゆ又は軟飯 白身魚の煮物、人参と小松菜の和え物添え みそ汁風
21(金)	昼食	つぶしがゆ キャベツと玉ねぎのとりとろ 人参と豆腐のとりとろ	おかゆ ささ身とキャベツと玉ねぎの柔らか煮 人参と豆腐のだしスープ	おかゆ又は軟飯 豚肉と玉ねぎの煮物、キャベツと玉ねぎの和え物添え すまし汁風
22(土)	昼食	つぶしがゆ 麩と人参のとりとろ じゃがいものペースト	おかゆ ささ身と麩と人参の柔らか煮 じゃがいもと人参の柔らか煮 バナナマッシュ	おかゆ又は軟飯 肉みそ風 きゅうりと人参の和え物 バナナ
24(月)	昼食	つぶしがゆ じゃがいもと玉ねぎのとりとろ ほうれん草と人参のとりとろ	おかゆ ささ身とじゃがいもと玉ねぎの柔らか煮 ほうれん草と人参のだし煮 刻みオレンジ	おかゆ又は軟飯 鶏肉と野菜のクリーム煮 ほうれん草と人参の和え物 オレンジ
25(火)	昼食	つぶしがゆ 人参と玉ねぎのとりとろ 麩とキャベツのとりとろ	おかゆ ささ身と人参と玉ねぎの柔らか煮 麩とキャベツと野菜のしらす干し煮	おかゆ又は軟飯 ささ身のムニエル、人参のしらす干し炒め添え みそ汁風
26(水)	昼食	つぶしがゆ キャベツと人参のとりとろ 麩と野菜のとりとろ	おかゆ ささ身とキャベツと人参の柔らか煮 押し麦と野菜のだしスープ	おかゆ又は軟飯 ささ身と野菜の煮物 押し麦のスープ風
27(木)	昼食	つぶしがゆ キャベツと玉ねぎのとりとろ 人参とじゃがいものとりとろ	おかゆ 白身魚とキャベツと玉ねぎの柔らか煮 人参とじゃがいものだし煮	おかゆ又は軟飯 鮭のソテー、キャベツと人参の和え物 みそ汁風
28(金)	昼食	つぶしがゆ 人参と玉ねぎのとりとろ 麩と野菜のとりとろ	おかゆ ささ身と人参と玉ねぎのと柔らか煮 麩と野菜のだしスープ	おかゆ又は軟飯 ささ身と人参と玉ねぎの煮物 はんぺん汁風
29(土)	昼食	つぶしがゆ 麩と玉ねぎのとりとろ 人参のペースト	おかゆ ささ身と麩と玉ねぎの柔らか煮 人参と野菜のだしスープ 刻みオレンジ	おかゆ又は軟飯 納豆と豚肉の煮物 みそ汁風 オレンジ
31(月)	昼食	つぶしがゆ じゃがいもと玉ねぎのとりとろ 麩と人参のとりとろ	おかゆ ささ身とじゃがいもと玉ねぎの柔らか煮 麩と人参と野菜のだし煮	おかゆ又は軟飯 牛肉とじゃがいもと玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参の和え物