

2022年

8月



## 離乳食献立表

伊江村立  
保育所

回数	1回食(午前)			2回食(午後)	
	初期(ごっくん期) 5・6カ月	中期(もぐもぐ期) 7・8ヶ月	後期(かみかみ期) 9・10・11ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7・8ヶ月	後期(かみかみ期) 9・10・11ヶ月
固さの目安	ドロドロ⇒ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り)	舌でつぶせる固さ 豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り)
1日(月)	10倍がゆ だし汁(小松菜) トマトペースト こまつな <sup>ハ</sup> -スト	7倍がゆ だし汁(小松菜) 白身魚のやわらか煮 角切りトマト煮	全がゆ だし汁(小松菜) 白身魚のやわらか煮 角切りトマト	バナナ	バナナ
2日(火)	10倍がゆ すまし汁 人参とじゃがいも <sup>ハ</sup> -スト	7倍がゆ あおさのすまし汁 やわらか肉じゃが(白滝抜き)	全がゆ あおさのすまし汁 やわらか肉じゃが	りんご	りんご
3日(水)	10倍がゆ しびいスープ じゃがいもペースト	7倍がゆ しびいスープ 豚肉のやわらか煮 じゃがいもペースト	全がゆ しびいスープ 豚肉のやわらか煮 じゃがいも小判焼き	オレンジ	オレンジ
4日(木)	10倍がゆ お麩スープ 人参ペースト	7倍がゆ だし汁(お麩) 白身魚のやわらか煮 もやしとオクラのだし煮	全がゆ だし汁(お麩) 白身魚のやわらかみそ煮 もやしとオクラのだし煮	パイナップル	パイナップル
5日(金)	10倍がゆ 人参とじゃがいも <sup>ハ</sup> -スト	7倍がゆ 野菜だしスープ 鶏のやわらか煮 人参とじゃがいものやわらか煮	全がゆ 野菜だしスープ ごーやと人参の卵とじ 鶏のやわらか煮	オレンジ	オレンジ
8日(月)	10倍がゆ だし汁(豆腐) 豆腐 <sup>ハ</sup> -スト キャベツペースト	7倍がゆ だし汁(豆腐) やわらか牛肉煮 野菜煮	全がゆ だし汁(豆腐) やわらか牛肉煮 野菜煮	オレンジ	オレンジ
9日(火)	あーさがゆ 豆腐 <sup>ハ</sup> -スト パパイヤペースト	あーさがゆ みそ汁(白ネギ・わかめ) 湯豆腐のそぼろあんかけ	あーさがゆ みそ汁(白ネギ・わかめ) 湯豆腐のそぼろあんかけ パパイヤ煮	りんご	りんご
10日(水)	10倍がゆ 人参ペースト	沖縄そばのクタクタ煮 人参のやわらか煮	沖縄そばのクタクタ煮 人参のやわらか煮	モモ	モモ
12日(金)	10倍がゆ 野菜だしスープ トマトペースト	7倍がゆ 野菜だしスープ 白身魚のやわらか煮	全がゆ 野菜だしスープ 白身魚のやわらか煮 角切りトマト	フルーツカクテル	フルーツカクテル
15日(月)	10倍がゆ 人参ペースト 豆腐 <sup>ハ</sup> -スト	7倍がゆ だし汁(あさり) 豆腐のやわらか煮 やわらか人参煮	全がゆ だし汁(あさり) 豆腐のやわらか煮 やわらか人参スティック	バナナ	バナナ
16日(火)	10倍がゆ 人参ペースト たまねぎペースト	7倍がゆ だしスープ(しめじ・たまねぎ) 白身魚のやわらか煮	全がゆ だしスープ(しめじ・たまねぎ) 白身魚のやわらか煮 きゅうりスティック	パイナップル	パイナップル

2022年

8月



## 離乳食献立表

伊江村立  
保育所

回数	1回食（午前）			2回食（午後）	
	初期（ごっくん期） 5・6カ月	中期（もぐもぐ期） 7・8ヶ月	後期（かみかみ期） 9・10・11ヶ月	中期（もぐもぐ期） 7・8ヶ月	後期（かみかみ期） 9・10・11ヶ月
固さの目安	ドロドロ⇒ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 豆腐位（つぶつぶ）	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位（荒みじん切り）	舌でつぶせる固さ 豆腐位（つぶつぶ）	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位（荒みじん切り）
17日 （水）	10倍がゆ だし汁（豆腐） 豆腐 <sup>△</sup> -スト キャベツペースト	7倍がゆ だし汁（豆腐） やわらか牛肉煮 野菜煮	全がゆ だし汁（豆腐） やわらか牛肉煮 野菜煮	オレンジ	オレンジ
18日 （木）	10倍がゆ トマトペースト こまつな <sup>△</sup> -スト	7倍がゆ こまつなのやわらか煮 チキンのやわらか煮	全がゆ コーンスープ チキンのやわらか煮 こまつなのやわらか煮	りんご	りんご
19日 （金）	黒米がゆ 具なしだし <sup>▽</sup> 人参・ジャガイロ <sup>△</sup> -スト	黒米がゆ 具たくさんだし <sup>▽</sup> ひきわり納豆	黒米がゆ 具たくさんきのこだし <sup>▽</sup> ひきわり納豆 白身魚のやわらか煮	モモ	モモ
22日 （月）	10倍がゆ じゃがいもペースト キャベツペースト	7倍がゆ だし <sup>▽</sup> 豚肉のやわらか煮	全がゆ だし <sup>▽</sup> 豚肉のやわらか煮 きゅうりスティック	オレンジ	オレンジ
23日 （火）	10倍がゆ だし汁（えのき・わかめ） 豆腐 <sup>△</sup> -スト 大根ペースト	7倍がゆ だし汁（えのき・わかめ） 湯豆腐のそぼろだしあんかけ	全がゆ だし汁（えのき・わかめ） 湯豆腐のそぼろだしあんかけ やわらか大根スティック	モモ	モモ
24日 （水）	10倍がゆ そうめん汁（だし） トマトペースト	7倍がゆ そうめん汁（だし） 白身魚のやわらか煮	全がゆ そうめん汁（だし） 白身魚のやわらか煮 角切りトマト	パイナップル	パイナップル
25日 （木）	10倍がゆ キャベツスープ 人参ペースト	7倍がゆ キャベツスープ 野菜のトマト煮	全がゆ キャベツスープ 野菜のトマト煮	りんご	りんご
26日 （金）	10倍がゆ だし汁（しびい） 人参ペースト	7倍がゆ だし汁（しびい） チキンのやわらか煮 にんじん <sup>△</sup> 煮	黒米がゆ だし汁（しびい） チキンのやわらか照り焼き にんじん <sup>△</sup> 煮	バナナ	バナナ
29日 （月）	10倍がゆ だし汁 人参とじゃがいも <sup>△</sup> -スト	7倍がゆ もずくのだし汁 レバーのやわらか煮	全がゆ もずくのだし汁 レバーのやわらか煮 マッシュポテト	オレンジ	オレンジ
30日 （火）	10倍がゆ だしスープ なす <sup>△</sup> -スト トマトペースト	7倍がゆ だしスープ 野菜の <sup>△</sup> 煮	全がゆ だしスープ 鶏と夏野菜の <sup>△</sup> 煮	すいか	すいか
31日 （水）	10倍がゆ 野菜スープ キャベツペースト 豚肉 <sup>△</sup> -スト	7倍がゆ 野菜スープ 豚肉の <sup>△</sup> 煮	全がゆ たまごスープ 豚肉のやわらか煮 角切りトマト	キウイ	キウイ