



8月の離乳食予定献立表



日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
1	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゅうり ほうれんそう	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゅうり・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
2	金	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん しめじ	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん・醤油・砂糖 しめじ・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
3	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ こまつな	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	和風粥	米・かつお節
5	月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー チンゲン菜	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	にんじん煮	にんじん 醤油・砂糖
6	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも ほうれんそう	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	しらす粥	米・しらす
7	水	お粥 煮物 スープ	米 かれい・たまねぎ えのき	じゃがいも煮	じゃがいも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・たまねぎ・醤油・砂糖 えのき・味噌	じゃがいも煮	じゃがいも 醤油・砂糖
8	木	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・かぶ かぶ葉	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・かぶ・醤油・砂糖 かぶ葉・味噌	きなこ粥	米・きなこ
9	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん ほうれんそう	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
10	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・キャベツ わかめ	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・キャベツ・醤油・砂糖 わかめ・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
13	火	お粥 煮物 スープ	米 かれい・はくさい なめこ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 かれい・はくさい・醤油・砂糖 なめこ・味噌	磯粥	米・青のり
14	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー こまつな	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 こまつな・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
15	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ チンゲン菜	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
16	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん ほうれんそう	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	みかん	みかん

※中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくトロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※食材の都合により、献立が変更になることがあります。





8月の離乳食予定献立表



日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
17	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・だいこん こまつな	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・だいこん・醤油・砂糖 こまつな・味噌	和風粥	米・かつお節
19	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー チンゲン菜	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	さつまいも煮	さつまいも 醤油・砂糖
20	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・じゃがいも えのき	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・じゃがいも・醤油・砂糖 えのき・味噌	みかん	みかん
21	水	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・かぼちゃ わかめ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・かぼちゃ・醤油・砂糖 わかめ・味噌	きなこ粥	米・きなこ
22	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも こまつな	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも・醤油・砂糖 こまつな・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
23	金	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・きゅうり チンゲン菜	じゃがいも煮	じゃがいも	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・きゅうり・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	じゃがいも煮	じゃがいも 醤油・砂糖
24	土	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・はくさい ほうれんそう	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・はくさい・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	しらす粥	米・しらす
26	月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん ほうれんそう	ブロッコリー煮	ブロッコリー	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	ブロッコリー煮	ブロッコリー
27	火	お粥 煮物 スープ	米 かれい・だいこん ほうれんそう	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 かれい・だいこん・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	磯粥	米・青のり
28	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん わかめ	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん・醤油・砂糖 わかめ・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
29	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ こまつな	じゃがいも煮	じゃがいも	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	じゃがいも煮	じゃがいも 醤油・砂糖
30	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・きゅうり チンゲン菜	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・きゅうり・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	さつまいも煮	さつまいも 醤油・砂糖
31	土	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さといも ほうれんそう	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さといも・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	和風粥	米・かつお節

※中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくトロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※食材の都合により、献立が変更になることがあります。



