



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	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも チンゲン菜	わかめ粥	米・わかめ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	わかめ粥	米・わかめ
2	土	お粥 煮物 スープ	米 かれい・だいこん なめこ	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 かれい・だいこん・醤油・砂糖 なめこ・味噌	しらす粥	米・しらす
4	月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ かぶの葉	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ・醤油・砂糖 かぶの葉・味噌	さつまいも煮	さつまいも 醤油・砂糖
5	火	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん こまつな	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん・醤油・砂糖 こまつな・味噌	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節
6	水	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも えのき	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも・醤油・砂糖 えのき・味噌	きなこ粥	米・きなこ
7	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー はくさい	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 はくさい・味噌	みかん	みかん
8	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ ほうれん草	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	磯粥	米・青のり
9	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも 水菜	うどん	うどん・チンゲン菜	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 水菜・味噌	うどん	うどん・チンゲン菜 醤油・砂糖
11	月	祝日<山の日>							
12	火	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー こまつな	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー・醤油・砂糖 こまつな・味噌	きなこ粥	米・きなこ
13	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん はくさい	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 はくさい・味噌	さつまいも煮	さつまいも 醤油・砂糖
14	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ チンゲン菜	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	しらす粥	米・しらす
15	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり わかめ	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり・醤油・砂糖 わかめ・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。

