



8月の離乳食予定献立表

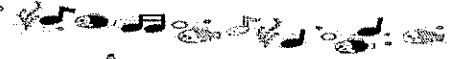


日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
1	木	お粥 煮物 スープ	米 さけ・こまつな にんじん	じゃがいも煮	じゃがいも	お粥 煮物 スープ	米 さけ・こまつな・砂糖・醤油 にんじん・味噌	じゃがいも煮	じゃがいも
2	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・トマト たまねぎ	こまつな粥	米・こまつな ・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・トマト・砂糖・醤油 たまねぎ・味噌	こまつな粥	米・こまつな ・かつお節
3	土	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも わかめ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも・砂糖・醤油 わかめ・味噌	きなこ粥	米・きなこ
5	月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー こまつな	わかめ粥	米・わかめ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・砂糖・醤油 こまつな・味噌	わかめ粥	米・わかめ
6	火	お粥 煮物 スープ	米 さけ・にんじん ほうれん草	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 さけ・にんじん・砂糖・醤油 ほうれん草・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ
7	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・こまつな たまねぎ	にんじん粥	米・にんじん ・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・こまつな・砂糖・醤油 たまねぎ・味噌	にんじん粥	米・にんじん ・青のり
8	木	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも にんじん	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも・砂糖・醤油 にんじん・味噌	磯粥	米・青のり
9	金	お粥 煮物 スープ	米 かれい・だいこん こまつな	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・だいこん・砂糖・醤油 こまつな・味噌	さつまいも煮	さつまいも
10	土	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゅうり わかめ	しゃけ粥	米・しゃけ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゅうり・砂糖・醤油 わかめ・味噌	しゃけ粥	米・しゃけ
13	火	お粥 煮物 スープ	米 さけ・さといも こまつな	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 さけ・さといも・砂糖・醤油 こまつな・味噌	きなこ粥	米・きなこ
14	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ にんじん	果物	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ・砂糖・醤油 にんじん・味噌	果物	みかん
15	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ なす	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ・砂糖・醤油 なす・味噌	さつまいも煮	さつまいも
16	金	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん たまねぎ	ブロッコリー粥	米・ブロッコリー ・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん・砂糖・醤油 たまねぎ・味噌	ブロッコリー粥	米・ブロッコリー ・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。



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 ささみ・かぼちゃ たまねぎ	しらす粥	米・しらす干し	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ・砂糖・醤油 たまねぎ・味噌	しらす粥	米・しらす干し
19	月	お粥 煮物 スープ	米 さけ・ほうれんそう わかめ	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 さけ・ほうれんそう・砂糖・醤油 わかめ・味噌	さといも煮	さといも
20	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・はくさい なす	にんじん粥	米・にんじん ・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・はくさい・砂糖・醤油 なす・味噌	にんじん粥	米・にんじん ・青のり
21	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・トマト たまねぎ	じゃがいも煮	じゃがいも	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・トマト・砂糖・醤油 たまねぎ・味噌	じゃがいも煮	じゃがいも
22	木	お粥 煮物 スープ	米 かれい・キャベツ にんじん	果物	みかん	お粥 煮物 スープ	米 かれい・キャベツ・砂糖・醤油 にんじん・味噌	果物	みかん
23	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さつまいも わかめ	こまつな粥	米・こまつな ・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さつまいも・砂糖・醤油 わかめ・味噌	こまつな粥	米・こまつな ・かつお節
24	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー こまつな	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・砂糖・醤油 こまつな・味噌	和風粥	米・かつお節
26	月	お粥 煮物 スープ	米 さけ・にんじん みずな	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 さけ・にんじん・砂糖・醤油 みずな・味噌	きなこ粥	米・きなこ
27	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゅうり キャベツ	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゅうり・砂糖・醤油 キャベツ・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ
28	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー たまねぎ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・砂糖・醤油 たまねぎ・味噌	磯粥	米・青のり
29	木	お粥 煮物 スープ	米 かれい・トマト にんじん	わかめ粥	米・わかめ	お粥 煮物 スープ	米 かれい・トマト・砂糖・醤油 にんじん・味噌	わかめ粥	米・わかめ
30	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ ピーマン	しゃけ粥	米・しゃけ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ・砂糖・醤油 ピーマン・味噌	しゃけ粥	米・しゃけ
31	土	お粥 煮物 スープ	米 さけ・にんじん きゅうり	果物	みかん	お粥 煮物 スープ	米 さけ・にんじん・砂糖・醤油 きゅうり・味噌	果物	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。

