



8月の離乳食予定献立表



曜日	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	土	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ こまつな	にんじん粥	米・にんじん ・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	にんじん粥	米・にんじん ・青のり
3	月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー にんじん	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・醤油・砂糖 にんじん・味噌	きなこ粥	米・きなこ
4	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃがいも キャベツ	トマト煮	トマト	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃがいも・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	トマト煮	トマト
5	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん たまねぎ	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌	さつまいも煮	さつまいも
6	木	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ わかめ	ほうれんそう粥	米・ほうれんそう ・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ・醤油・砂糖 わかめ・味噌	ほうれんそう粥	米・ほうれんそう ・かつお節
7	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・キャベツ たまねぎ	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 たまねぎ・味噌	さといも煮	さといも
8	土	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・こまつな にんじん	果物	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・こまつな・醤油・砂糖 にんじん・味噌	果物	みかん
10	月	祝日＜山の日＞							
11	火	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー かぶ	にんじん粥	米・にんじん ・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・醤油・砂糖 かぶ・味噌	にんじん粥	米・にんじん ・青のり
12	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ほうれんそう にんじん	キャベツ粥	米・キャベツ ・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ほうれんそう・醤油・砂糖 にんじん・味噌	キャベツ粥	米・キャベツ ・かつお節
13	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ キャベツ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	きなこ粥	米・きなこ
14	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・赤ピーマン こまつな	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・赤ピーマン・醤油・砂糖 こまつな・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ
15	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも たまねぎ	果物	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも・醤油・砂糖 たまねぎ・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。





8月の離乳食予定献立表



曜日	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	月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・なす にんじん	こまつな粥	米・こまつな ・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・なす・醤油・砂糖 にんじん・味噌	こまつな粥	米・こまつな ・かつお節
18	火	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・トマト 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 ささみ・トマト・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌	にんじん粥	米・にんじん ・青のり
19	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん わかめ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 わかめ・味噌	きなこ粥	米・きなこ
20	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー えのき	じゃがいも煮	じゃがいも	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 えのき・味噌	じゃがいも煮	じゃがいも
21	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ にんじん	わかめ粥	米・わかめ ・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ・醤油・砂糖 にんじん・味噌	わかめ粥	米・わかめ ・かつお節
22	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも わかめ	果物	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも・醤油・砂糖 わかめ・味噌	果物	みかん
24	月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ほうれんそう にんじん	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ほうれんそう・醤油・砂糖 にんじん・味噌	きなこ粥	米・きなこ
25	火	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・キャベツ 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 ささみ・キャベツ・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌	にんじん粥	米・にんじん ・青のり
26	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・トマト わかめ	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・トマト・醤油・砂糖 わかめ・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ
27	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん ピーマン	わかめ粥	米・わかめ ・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・醤油・砂糖 ピーマン・味噌	わかめ粥	米・わかめ ・かつお節
28	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー たまねぎ	果物	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌	果物	みかん
29	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・チンゲンサイ にんじん	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・チンゲンサイ・醤油・砂糖 にんじん・味噌	さといも煮	さといも
31	月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・トマト きゅうり	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・醤油・砂糖 きゅうり・味噌	こまつな粥	米・こまつな ・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。

