



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 月 | お粥 煮物 スープ | 米 かれい・ブロッコリー チンゲン菜 | 磯粥 | 米・青のり | 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 | 磯粥 | 米・青のり |
| 2 火 | お粥 煮物 スープ | 米 ツナ・きゅうり たまねぎ | じゃがいも煮 | じゃがいも | お粥 煮物 スープ | 米 ツナ・きゅうり・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌 | じゃがいも煮 | じゃがいも 醤油・砂糖 |
| 3 水 | お粥 煮物 スープ | 米 ささみ・かぼちゃ なめこ | しらす粥 | 米・しらす | お粥 煮物 スープ | 米 ささみ・かぼちゃ・醤油・砂糖 なめこ・味噌 | しらす粥 | 米・しらす |
| 4 木 | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・さといも わかめ | うどん | うどん・こまつな | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・さといも・醤油・砂糖 わかめ・味噌 | うどん | うどん・こまつな 醤油・砂糖 |
| 5 金 | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・たまねぎ にんじん | みかん | みかん | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・たまねぎ・醤油・砂糖 にんじん・味噌 | みかん | みかん |
| 6 土 | お粥 煮物 スープ | 米 かれい・さといも キャベツ | 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 キャベツ・味噌 | きなこ粥 | 米・きなこ |
| 8 月 | お粥 煮物 スープ | 米 とうふ・にんじん ほうれん草 | パン粥 | 食パン・粉ミルク | お粥 煮物 スープ | 米 とうふ・にんじん・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌 | パン粥 | 食パン・粉ミルク |
| 9 火 | お粥 煮物 スープ | 米 ささみ・ブロッコリー チンゲン菜 | しらす粥 | 米・しらす | 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 | しらす粥 | 米・しらす |
| 10 水 | お粥 煮物 スープ | 米 ツナ・たまねぎ はくさい | にんじん粥 | 米・にんじん 青のり | お粥 煮物 スープ | 米 ツナ・たまねぎ・醤油・砂糖 はくさい・味噌 | にんじん粥 | 米・にんじん 青のり |
| 11 木 | 祝日<山の日> | | | | | | | |
| 12 金 | お粥 煮物 スープ | 米 とうふ・さといも わかめ | 和風粥 | 米・かつお節 | お粥 煮物 スープ | 米 とうふ・さといも・醤油・砂糖 わかめ・味噌 | 和風粥 | 米・かつお節 |
| 13 土 | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・にんじん こまつな | うどん・ほうれん草 | うどん・ほうれん草 | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 こまつな・味噌 | うどん・ほうれん草 | うどん・ほうれん草 醤油・砂糖 |
| 15 月 | 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 |
| 16 火 | お粥 煮物 スープ | 米 ささみ・だいこん わかめ | にんじん煮 | にんじん | お粥 煮物 スープ | 米 ささみ・だいこん・醤油・砂糖 わかめ・味噌 | にんじん煮 | にんじん 醤油・砂糖 |

※ 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 | 水 | お粥 煮物 スープ | 米 ツナ・さといも ほうれん草 | りんごのコンポート | りんご | お粥 煮物 スープ | 米 ツナ・さといも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌 | りんごのコンポート | りんご 砂糖 |
| 18 | 木 | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・きゅうり わかめ | じゃがいも煮 | じゃがいも | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・きゅうり・醤油・砂糖 わかめ・味噌 | じゃがいも煮 | じゃがいも 醤油・砂糖 |
| 19 | 金 | お粥 煮物 スープ | 米 かれい・たまねぎ ほうれん草 | パン粥 | 食パン・粉ミルク | お粥 煮物 スープ | 米 かれい・たまねぎ・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌 | パン粥 | 食パン・粉ミルク |
| 20 | 土 | お粥 煮物 スープ | 米 ささみ・だいこん にんじん | さといも煮 | さといも | お粥 煮物 スープ | 米 ささみ・だいこん・醤油・砂糖 にんじん・味噌 | さといも煮 | さといも 醤油・砂糖 |
| 22 | 月 | お粥 煮物 スープ | 米 とうふ・ブロッコリー わかめ | きなこ粥 | 米・きなこ | お粥 煮物 スープ | 米 とうふ・ブロッコリー・醤油・砂糖 わかめ・味噌 | きなこ粥 | 米・きなこ |
| 23 | 火 | お粥 煮物 スープ | 米 ツナ・きゅうり 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・きゅうり・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 |
| 24 | 水 | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・さといも ほうれん草 | 和風粥 | 米・かつお節 | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・さといも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌 | 和風粥 | 米・かつお節 |
| 25 | 木 | お粥 煮物 スープ | 米 かれい・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 かれい・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 |
| 26 | 金 | お粥 煮物 スープ | 米 ささみ・きゅうり こまつな | かぼちゃ煮 | かぼちゃ | お粥 煮物 スープ | 米 ささみ・きゅうり・醤油・砂糖 こまつな・味噌 | かぼちゃ煮 | かぼちゃ 醤油・砂糖 |
| 27 | 土 | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・にんじん ほうれん草 | 磯粥 | 米・青のり | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌 | 磯粥 | 米・青のり |
| 29 | 月 | お粥 煮物 スープ | 米 かれい・さといも チンゲン菜 | 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 チンゲン菜・味噌 | きなこ粥 | 米・きなこ |
| 30 | 火 | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・にんじん たまねぎ | みかん | みかん | お粥 煮物 スープ | 米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌 | みかん | みかん |
| 31 | 水 | お粥 煮物 スープ | 米 ツナ・ブロッコリー キャベツ | パン粥 | 食パン・粉ミルク | お粥 煮物 スープ | 米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 キャベツ・味噌 | パン粥 | 食パン・粉ミルク |

※ 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。

