



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	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・玉ねぎ こまつな	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・玉ねぎ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
2	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・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 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 にんじん・味噌	きなこ粥	米・きなこ
3	木	お粥 煮物 スープ	米 かれい・かぼちゃ チンゲン菜	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・かぼちゃ・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
4	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり こまつな	磯粥	米・青のり	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	磯粥	米・青のり
5	土	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・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 豆腐・さといも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	和風粥	米・かつお節
7	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー 玉ねぎ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー・醤油・砂糖 玉ねぎ・味噌	みかん	みかん
8	火	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さつまいも こまつな	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さつまいも・醤油・砂糖 こまつな・味噌	きなこ粥	米・きなこ
9	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん チンゲン菜	うどん	うどん・ほうれん草	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	うどん	うどん・ほうれん草 醤油・砂糖
10	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぶ かぶの葉	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぶ・醤油・砂糖 かぶの葉・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
12	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー なめこ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・醤油・砂糖 なめこ・味噌	磯粥	米・青のり
14	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも わかめ	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも・醤油・砂糖 わかめ・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
15	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゃべつ こまつな	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・きゃべつ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	きなこ粥	米・きなこ
16	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー チンゲン菜	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 チンゲン菜・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、食べやすくと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	木	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも ほうれん草	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
18	金	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・じゃがいも こまつな	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・じゃがいも・醤油・砂糖 こまつな・味噌	しらす粥	米・しらす
19	土	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー きゃべつ	うどん	うどん・チンゲン菜	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー・醤油・砂糖 きゃべつ・味噌	うどん	うどん・チンゲン菜 醤油・砂糖
21	月	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ なめこ	ブロッコリー煮	ブロッコリー	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・醤油・砂糖 なめこ・味噌	ブロッコリー煮	ブロッコリー 醤油・砂糖
22	火	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも 玉ねぎ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも・醤油・砂糖 玉ねぎ・味噌	みかん	みかん
23	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー わかめ	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 わかめ・味噌	和風粥	米・かつお節
24	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・きゃべつ こまつな	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・きゃべつ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	きなこ粥	米・きなこ
25	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも にんじん	うどん	うどん・ほうれん草	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 にんじん・味噌	うどん	うどん・ほうれん草 醤油・砂糖
26	土	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
28	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・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 かれい・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
29	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃが芋 えのき	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃが芋・醤油・砂糖 えのき・味噌	みかん	みかん
30	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・白菜 わかめ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・白菜・醤油・砂糖 わかめ・味噌	きなこ粥	米・きなこ
31	木	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー きゃべつ	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・醤油・砂糖 きゃべつ・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、食べやすくと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。



