

8月の離乳食献立表

日	曜日	初期食	中期食	後期食	午後食(おやつ)
1	火	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁 さけの味噌煮 ブロッコリーの柔らかか煮・バナナ	軟飯 味噌汁 さけの味噌焼き ブロッコリーのお浸し・バナナ	お米せんべい
2	水	すりつぶし粥 野菜スープ 南瓜のペースト キャベツペースト	お粥 すまし汁 豚肉団子と野菜の煮物 蒸し南瓜・桃のコンポート	軟飯 かき玉汁 豚肉団子と野菜の煮物 南瓜サラダ・桃のコンポート	青菜おむすび
3	木	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト 人参のペースト	お粥 ポトフ(玉葱・人参・じゃが芋・南瓜・鶏肉団子) キャベツのお浸し スイカ	軟飯 カレー(玉葱・人参・じゃが芋・南瓜・鶏肉団子) キャベツサラダ スイカ	ヨーグルト
4	金	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ほうれん草のペースト	お粥 中華スープ(冬瓜) 赤魚の煮物 ほうれん草の煮浸し・ネーブル	軟飯 中華スープ(冬瓜) 赤魚の天ぷら ほうれん草のお浸し・ネーブル	蒸しパン
5	土	すりつぶし粥 野菜スープ なすのペースト キャベツのペースト	そぼろあんかけうどん (玉葱・人参・なす・キャベツ・豚ひき肉) バナナ	そぼろあんかけうどん (玉葱・人参・なす・キャベツ・豚ひき肉) バナナ	クッキー
7	月	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(なす) 豆腐のそぼろ煮 キャベツの煮浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁(なす) 豆腐のそぼろ煮 キャベツのお浸し・桃のコンポート	バタートースト
8	火	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ほうれん草のペースト	お粥 すまし汁 めんたいの煮付け ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 すまし汁 めんたいの煮付け ほうれん草のお浸し・バナナ	はったい粉
9	水	すりつぶし粥 野菜スープ 南瓜のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁 豆腐と南瓜の煮物 ブロッコリーのやわらか煮、ネーブル	軟飯 味噌汁 豆腐と南瓜の煮物 ブロッコリーのお浸し、ネーブル	豆乳パンケーキ
10	木	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 人参のペースト	お粥 すまし汁 鶏肉団子の味噌煮 スティック人参・ネーブル	軟飯 すまし汁 鶏肉団子の味噌煮 スティック人参・ネーブル	マカロニのあべかわ
12	土	すりつぶし粥 野菜スープ ほうれん草のペースト 人参のペースト	煮込みうどん (玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) バナナ	煮込みうどん (玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) バナナ	クラッカー
14	月	お弁当			おせんべい
15	火	お弁当			ビスケット
16	水	お弁当			クラッカー
17	木	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 ミネストローネ風(人参・玉葱・ブロッコリー・鶏肉団子) マカロニのクリーム煮・ネーブル	軟飯 ハッシュドビーフ(人参・玉葱・ブロッコリー・鶏肉団子) マカロニのクリーム煮・ネーブル	レモンクッキー
18	金	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ほうれん草のペースト	お粥 中華スープ なすと豆腐のそぼろ煮 ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 中華スープ 麻婆なす ほうれん草のお浸し・バナナ	大豆のぎすけ煮
19	土	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト キャベツのペースト	そぼろあんかけうどん (玉葱・人参・なす・キャベツ・鶏ひき肉) 桃のコンポート	そぼろあんかけうどん (玉葱・人参・なす・キャベツ・鶏ひき肉) 桃のコンポート	トマトカップケーキ
21	月	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト なすのペースト	お粥 味噌汁 赤魚と野菜の煮物 冬瓜の煮物、ネーブル	軟飯 味噌汁 赤魚の野菜あんかけ(揚) 冬瓜の煮物、ネーブル	小豆マフィン
22	火	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 コンソメスープ(春雨) 豚肉団子のトマト煮 ブロッコリーの柔らかか煮	軟飯 コンソメスープ(春雨) 大豆入り豚肉団子のトマト煮 ブロッコリーのお浸し	スイカ
23	水	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト トマトのペースト	お粥 すまし汁(そうめん) 煮込みハンバーグ トマトの甘煮・バナナ	軟飯 すまし汁(そうめん) ハンバーグ トマトの甘煮・バナナ	鮭おむすび
24	木	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁(南瓜) めんたいの煮付け ほうれん草の煮浸し・ネーブル	軟飯 味噌汁(南瓜) めんたいの塩焼き ほうれん草の磯和え・ネーブル	人参ゼリー
25	金	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁(大根) 鶏肉団子の煮物 ブロッコリーのお浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁(大根) 鶏肉団子の煮物 ブロッコリーのお浸し・桃のコンポート	枝豆クッキー
26	土	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト キャベツのペースト	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) ネーブル	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) ネーブル	おからぼうろ
28	月	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 人参ペースト	お粥 中華スープ(切干大根) 豚肉団子と野菜の煮物 スティック人参・バナナ	軟飯 中華スープ(切干大根) 豚肉団子と野菜の煮物 スティック人参・バナナ	青のリトースト
29	火	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(キャベツ) 豆腐と野菜の煮物 スティックじゃが芋	軟飯 味噌汁(キャベツ) 凍り豆腐のカレー煮 スティックじゃが芋	ビスケット
30	水	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁 冬瓜とじゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の煮浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 冬瓜とじゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し・桃のコンポート	コーン蒸しパン
31	木	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト キャベツのペースト	お粥 トマトスープ さけの煮付け キャベツの煮浸し・バナナ	軟飯 トマトスープ さけのフライ キャベツのサラダ・バナナ	塩おむすび

◎発達に合わせて、材料、調理法、量、味を変えています。
◎初期食の食材は、変わることがあります。
◎食事とおやつ後にミルクを飲みます。