

# 8月 離乳食献立予定表

	前期	中期(7~9ヶ月)		後期(10ヶ月~1歳)	
日	材料	献立	材料	献立	材料
1	人参、玉ねぎ、豆腐	豆腐のひき肉あんかけ	豚ひき肉、人参、玉ねぎ、豆腐、	豆腐のひき肉あんかけ 中華コーンスープ	豚ひき肉、人参、玉ねぎ、豆腐、にら、クリームコーン、卵
2	白身魚、きゅうり、えのき	鮭のふわふわ玉子	鮭、卵、えのき、わかめ	鮭の蒸し焼き かき玉汁	鮭、卵、えのき、わかめ
3	鶏ささみ、玉ねぎ、ミニトマト	鶏肉のトマト煮	鶏ささみ、玉ねぎ、ミニトマト、じゃがいも	鶏の照り焼き みそ汁	鶏ささみ、玉ねぎ、ミニトマト、じゃがいも、わかめ
4	そうめん	そうめん	そうめん、卵、きゅうり	そうめん	そうめん、卵、きゅうり、ロースハム
5					
6	人参、ごぼう、麩、ミニトマト	五目雑炊、すまし汁	鶏肉、人参、ごぼう、油揚げ、わかめ、玉麩、しめじ	五目雑炊 炒り卵 すまし汁	鶏肉、人参、ごぼう、油揚げ、わかめ、玉麩、しめじ、卵、豚肉
7	人参、大根、里芋	ひじき煮	豚肉、ひじき、人参、大豆、大根	豚汁 ひじき煮	豚肉、人参、こんにゃく、ごぼう、大根、厚揚げ、里芋、ひじき、油揚げ、大豆
8	玉ねぎ、人参、キャベツ	野菜煮	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン	野菜煮 みそ汁	豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、もやし、かまぼこ、わかめ、豆腐
9	白身魚、人参、小松菜	白身魚の野菜あんかけ	鯛、人参、小松菜	白身魚の野菜あんかけ すまし汁	鯛、人参、小松菜、わかめ、はんぺん
10	鶏ささみ、キャベツ、トマト、じゃがいも	鶏肉の野菜煮	鶏肉、キャベツ、トマト、じゃがいも、玉ねぎ	鶏肉の野菜煮 みそ汁	鶏肉、キャベツ、トマト、じゃがいも、玉ねぎ
11	食パン	パン粥	食パン、卵	たまごサンド	食パン、卵
12					
13	希望保育				
14	希望保育				
15	希望保育				
16	マカロニ、人参、トマト	ミネストローネ	豚ひき肉、玉ねぎ、人参、トマト、マカロニ	ミネストローネ	豚ひき肉、玉ねぎ、人参、トマト、マカロニ
17	豆腐、レタス、トマト	豚レバーと野菜のコンソメ煮	豚レバー、レタス、トマト、豆腐、玉ねぎ	豚レバーと野菜のコンソメ 煮 みそ汁	豚レバー、レタス、トマト、豆腐、玉ねぎ、わかめ
18	米、玉ねぎ、鶏ささみ	雑炊	米、豚肉、玉ねぎ、グリーンピース	雑炊	米、豚肉、玉ねぎ、グリーンピース
19					
20	人参、鶏ささみ、玉ねぎ	親子煮	鶏肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、卵	親子煮 きゅうりスティック	鶏肉、玉ねぎ、人参、しいたけ、卵、きゅうり
21	玉ねぎ、人参、ピーマン、じゃがいも	野菜のふわふわ玉子	玉ねぎ、人参、ピーマン、じゃがいも、卵	スパニッシュオムレツ みそ汁	鶏挽肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、じゃがいも、卵、わかめ、豆腐
22	白身魚、かぼちゃ	赤魚とかぼちゃの煮つけ	赤魚、かぼちゃ、豆腐	赤魚とかぼちゃの煮つけ みそ汁	赤魚、かぼちゃ、わかめ、豆腐、玉ねぎ
23	ナス、人参、玉ねぎ	ナスのみそ炒め	豚肉、玉ねぎ、人参、ナス、ピーマン	ナスのみそ炒め すまし汁	豚肉、玉ねぎ、人参、ナス、ピーマン、わかめ、じゃがいも
24	玉ねぎ、人参、グリーンピース	雑炊、野菜スープ	鶏挽肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース、キャベツ、	鶏のグリル焼き、きゅうり スティック 野菜スープ	鶏挽肉、玉ねぎ、人参、グリーンピース、キャベツ、
25	中華めん	ラーメン	中華めん	ラーメン	中華めん、もやし、コーン、ねぎ
26					
27	玉ねぎ、人参、じゃがいも	ポトフ	豚肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、	ポトフ	豚肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも、
28	鶏ささみ、玉ねぎ、クリームコーン	コーンクリーム煮	鶏肉、玉ねぎ、人参、マカロニ、クリームコーン	マカロニグラタン 中華コーンスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、マカロニ、クリームコーン、卵、パセリ
29	人参、じゃがいも、いんげん	鶏団子と野菜のやわらか煮	鶏挽肉、人参、じゃがいも、いんげん	鶏団子と野菜の煮物 みそ汁	鶏挽肉、人参、じゃがいも、いんげん、わかめ、高野豆腐
30	玉ねぎ、人参、じゃがいも	クリームシチュー	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも	クリームシチュー	鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃがいも
31	豆腐、かぼちゃ、玉ねぎ	白身魚とかぼちゃの煮物	鯛、かぼちゃ、玉ねぎ、豆腐	鯛のから揚げ きゅうり スティック みそ汁	鯛、かぼちゃ、玉ねぎ、豆腐、きゅうり

- ・離乳食献立はあくまでも目安ですので、個人個人の進み具合によって調理形態や材料が変わります。
- ・アレルギーをお持ちのお子さまは、除去食または代替食になります。
- ・月～金までは、主食にお子さまに合わせたおかゆが付きます。
- ・メニューが変更になった場合は、離乳食ノートなどでお知らせします。