



8月離乳食献立表



日	曜	離乳食中期・後期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	土	お粥 みそ汁 肉じゃが みかん	ささみ	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 みかん	お粥 みそ汁 じゃがいもの煮物	みそ	米	人参 たまねぎ 人参 じゃがいも
3	月	お粥 みそ汁 ささみの野菜あんかけ キャベツの煮物	ささみ	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 たまねぎ 人参 キャベツ
4	火	お粥 みそ汁 ハンバーグ ブロッコリーの煮物	卵 鶏ひき肉	みそ 米	人参 豆腐 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ	米	人参 たまねぎ 人参 豆腐 ブロッコリー
5	水	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ じゃがいもの煮物	鱈	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 じゃがいも	お粥 みそ汁 じゃがいもの煮物	みそ	米	人参 たまねぎ 人参 じゃがいも
6	木	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ キャベツの煮物	鱈	みそ 米	人参 じゃがいも 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 じゃがいも 人参 キャベツ
7	金	お粥 みそ汁 ささみの味噌煮 人参煮	ささみ	みそ 米	人参 豆腐 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 豆腐 人参
8	土	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 みかん	ささみ	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 ブロッコリー 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ	米	人参 たまねぎ 人参 豆腐
10	月	お粥 みそ汁 鱈のピカタ ほうれん草の煮物	鱈 卵	みそ 米	人参 大根 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 大根 人参 ほうれん草
11	火	お粥 みそ汁 肉団子 ブロッコリーの煮物	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 たまねぎ 人参 ブロッコリー
12	水	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ なすの煮物	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米	人参 なす 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 なすの煮物	みそ	米	人参 人参 なす
13	木	お粥 みそ汁 かぼちゃのクリーム みかん	ささみ	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 かぼちゃ 人参 みかん	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃがいも	人参 たまねぎ 人参
14	金	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 かぼちゃ煮	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 かぼちゃ	お粥 みそ汁 かぼちゃの煮物	みそ	米	人参 人参 かぼちゃ
15	土	お粥 みそ汁 ささみの煮物 キャベツの煮物	ささみ	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ 豆腐	米	人参 たまねぎ 人参 キャベツ
17	月	お粥 みそ汁 鱈の煮物 なすの煮物	鱈	みそ 米	人参 人参 なす	お粥 みそ汁 なすの煮物	みそ	米	人参 たまねぎ 人参 なす
18	火	お粥 みそ汁 ささみとほうれん草の煮物 じゃがいもの煮物	ささみ	みそ 米	人参 じゃがいも 人参 ほうれん草 人参	お粥 みそ汁 じゃがいもの煮物	みそ	米 じゃがいも	人参 人参
19	水	二色丼 肉団子 キャベツの煮物	卵 鶏ひき肉 卵	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 ブロッコリー 人参	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ
20	木	お粥 みそ汁 鱈のみそ煮 なすの煮物	鱈	みそ 米	人参 なす 人参 なす	お粥 みそ汁 なすの煮物	みそ	米	人参 人参 なす
21	金	お粥 みそ汁 かぼちゃのあんかけ なすの煮物	ささみ	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 かぼちゃ 人参 なす	お粥 みそ汁 かぼちゃの煮物	みそ	米	人参 たまねぎ 人参 かぼちゃ
22	土	お粥 みそ汁 じゃがいものクリーム煮 バナナ	ささみ	みそ 米	人参 大根 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 大根 人参 ブロッコリー
24	月	お粥 みそ汁 ささみの卵とじ マッシュポテト	卵 ささみ	みそ 米	人参 たまねぎ 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃがいも	人参 人参
25	火	お粥 みそ汁 鱈の野菜煮 なすの煮物	鱈	みそ 米	人参 なす 人参 たまねぎ 人参	お粥 みそ汁 なすの煮物	みそ	米	人参 大根 人参 なす
26	水	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 大根煮	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米	人参 人参 大根
27	木	人参粥 みそ汁 鱈の煮物 マッシュかぼちゃ	鱈	みそ 米	人参 たまねぎ 人参 かぼちゃ	お粥 味噌汁 マッシュかぼちゃ	みそ	米	人参 たまねぎ 人参 かぼちゃ
28	金	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	ささみ	みそ 米	人参 じゃがいも 人参 たまねぎ バナナ	お粥 みそ汁 じゃがいもの煮物	みそ	米 じゃがいも	人参 人参
29	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	ささみ	みそ 米	人参 たまねぎ バナナ	お粥 味噌汁 じゃがいもの煮物	みそ	米 じゃがいも	人参 人参
31	月	お粥 みそ汁 鱈の煮物 人参煮	鱈	みそ 米	人参 豆腐 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ	米	人参 人参 豆腐