

8月 離乳食献立表《後期》

日	曜日	献立名		主な材料	月	曜日	献立名		主な材料
		主食	おかず				主食	おかず	
1	月	軟飯	じゃが芋のツナ煮 ほうれん草のだし煮 豆腐と人参のすまし汁	ツナ・じゃが芋・玉ねぎ ほうれん草 豆腐・人参	17	水	うどん	煮込みうどん 青のりポテト きゅうりのだし煮	うどん・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 じゃが芋・青のり きゅうり
2	火	軟飯	鱈のだし煮 きゅうりのおかか和え 人参と水菜のすまし汁	鱈 きゅうり・かつお節 人参・水菜	18	木	軟飯	鱈と人参の一緒煮 ほうれん草のおかか和え 玉ねぎスープ	鱈・人参 ほうれん草・かつお節 玉ねぎ・青ねぎ
3	水	軟飯	キャベツのそぼろ煮 小松菜の納豆和え 豆腐と青ねぎのみそ汁	キャベツ・鶏ミンチ・玉ねぎ 小松菜・納豆 豆腐・青ねぎ・みそ	19	金	軟飯	白菜のそぼろあん 大根のおかか和え 玉ねぎと青ねぎのみそ汁	鶏ミンチ・白菜・人参 大根・かつお節 玉ねぎ・青ねぎ・みそ
4	木	軟飯	鱈と人参の一緒煮 青のりポテト 玉ねぎとレタスのスープ	鱈・人参 じゃが芋・青のり 玉ねぎ・レタス	20	土	軟飯	鱈のだし煮 ココロ煮 小松菜と玉ねぎのすまし汁	鱈 じゃが芋・人参 小松菜・玉ねぎ
5	金	軟飯	ツナ煮 きゅうりのわかめ和え 麩と青ねぎのみそ汁	ツナ・キャベツ・人参 きゅうり・わかめ 麩・青ねぎ・みそ	22	月	軟飯	そぼろ煮 ほうれん草のだし煮 冬瓜と人参のすまし汁	鶏ミンチ・キャベツ・玉ねぎ ほうれん草 冬瓜・人参
6	土	軟飯	鱈のだし煮 ココロ煮 三度豆と玉ねぎのスープ	鱈 じゃが芋・人参 三度豆・玉ねぎ	23	火	軟飯	なすのそぼろ煮 きゅうりと人参のサラダ 豆腐と三つ葉のすまし汁	鶏ミンチ・なす・玉ねぎ きゅうり・人参 豆腐・三つ葉
8	月	軟飯	豆腐の野菜あん じゃが芋のツナ和え 冬瓜とわかめのすまし汁	豆腐・玉ねぎ・人参 じゃが芋・ツナ 冬瓜・わかめ	24	水	軟飯	かぼちゃのそぼろあん きゅうりのおかか和え 豆苗と人参のスープ	かぼちゃ・鶏ミンチ・玉ねぎ きゅうり・かつお節 豆苗・人参
9	火	うどん	煮込みうどん ココロ煮 ほうれん草のだし煮	うどん・鶏ミンチ・玉ねぎ じゃが芋・人参 ほうれん草	25	木	うどん	煮込みうどん 青のりポテト 冬瓜と青ねぎのスープ	うどん・鶏ミンチ・玉ねぎ・人参 じゃが芋・青のり 冬瓜・青ねぎ
10	水	軟飯	鱈のだし煮 キャベツと人参のサラダ じゃが芋とほうれん草のスープ	鱈 キャベツ・人参 じゃが芋・ほうれん草	26	金	軟飯	鱈のだし煮 ブロッコリーと人参のサラダ ほうれん草と玉ねぎのすまし汁	鱈 ブロッコリー ほうれん草・玉ねぎ
11	木		山の日		27	土	おじや	おじや	米・ツナ・小松菜・人参
12	金	軟飯	鱈の青のり和え ほうれん草と人参のやわらか煮 じゃが芋と玉ねぎのすまし汁	鱈・青のり ほうれん草・人参 じゃが芋・玉ねぎ	29	月	軟飯	豆腐のそぼろ煮 小松菜と人参のお浸し 大根と青ねぎのみそ汁	豆腐・鶏ミンチ・白菜 小松菜・人参 大根・青ねぎ
13	土	おじや	おじや	米・ツナ・玉ねぎ・人参・みそ	30	火	軟飯	鱈の青のり和え ココロ煮 大根と玉ねぎのすまし汁	鱈・青のり じゃが芋・人参 大根・玉ねぎ
15	月		お盆休み		31	水	軟飯	ほうれん草のそぼろ煮 かぼちゃの甘煮 玉ねぎスープ	鶏ミンチ・ほうれん草・人参 かぼちゃ 玉ねぎ・青ねぎ
16	火	軟飯	じゃが芋のツナあん ブロッコリーのだし煮 麩と小松菜のすまし汁	じゃが芋・ツナ・玉ねぎ ブロッコリー 麩・小松菜					