

8月

離乳食献立

日にち	献立名	材料名			午後のおやつ
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	からだの調子を整える食品	
1・18	ツナのまぜごはん 冬瓜スープ オレンジ	米 うどん	ツナ水煮缶	人参 冬瓜 玉ねぎ あさつき オレンジ	煮込みうどん
2・16 30	ツナの雑炊 ほうれん草のすまし汁	米 小麦粉	ツナ水煮缶 牛乳	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 もやし パナナ	2：米せんべい 16：パナナ・米せんべい 30：パナナパンケーキ
4・28	おかゆ 豆腐の鶏そぼろあんかけ 小松菜のすまし汁	米 小麦粉	鶏ささみひき肉 豆腐	玉ねぎ 人参 小松菜 すいか	4：すいか・米せんべい 28：ミルクパンケーキ
5	おかゆ メカジキと青菜の煮付け かぼちゃのみそ汁 パナナ	米 小麦粉	メカジキ 合わせみそ ヨーグルト 牛乳	小松菜 もやし 人参 かぼちゃ 玉ねぎ パナナ	ヨーグルトパンケーキ
6・20	夏野菜とツナの丼ぶり わかめスープ ヨーグルト	米 食パン	ツナ水煮缶 ヨーグルト	玉ねぎ 人参 なす ブロッコリー ピーマン ケチャップ コーン缶 わかめ きゅうり	食パン
7・21	豆乳パン 夏野菜のミネストローネ じゃがいもの煮物	米 じゃがいも 豆乳パン	鶏ささみひき肉	人参 玉ねぎ なす ブロッコリー トマト缶 ケチャップ とうもろこし	とうもろこしのおかゆ
8	おかゆ 鶏だんごとじゃがいもの煮物 ほうれん草のみそ汁	米 じゃがいも 小麦粉	鶏ささみひき肉 牛乳 白みそ	キャベツ 玉ねぎ 人参 ほうれん草	ミルクパンケーキ
9・23	ツナの雑炊 わかめスープ	米 マカロニ	ツナ水煮缶 きな粉	キャベツ 玉ねぎ 人参 わかめ	9：米せんべい 23：マカロニきな粉
12・26	トマトとツナの煮込みパスタ かぼちゃの豆乳スープ	米 スパゲッティ	ツナ水煮缶 豆乳 花かつお	トマト 玉ねぎ ほうれん草 ケチャップ かぼちゃ 青のり	おかかしらすかゆ
13・25	おかゆ 和風マーボー豆腐 レタスのスープ	米 食パン	鶏ささみひき肉 豆腐 赤みそ	なす 人参 ねぎ ピーマン 玉ねぎ レタス クリームコーン缶	食パン
14・29	にんじんとほうれん草の鶏そぼろ 丼 チンゲン菜のスープ	米 小麦粉	鶏ささみひき肉 牛乳	もやし ほうれん草 人参 ねぎ チンゲン菜	ミルクパンケーキ
15・27	おかゆ 鮭とじゃがいものみそ煮 お麴のすまし汁	米 じゃがいも 小玉麴 マカロニ	鮭 白みそ 花かつお	ひじき ほうれん草 玉ねぎ あさつき	マカロニのおかか煮
19	おかゆ かれいと青菜の煮付け かぼちゃのみそ汁	米 小麦粉	かれい 赤みそ ヨーグルト 牛乳	ねぎ チンゲン菜 もやし 人参 かぼちゃ 玉ねぎ	ヨーグルトパンケーキ
22	おかゆ 鶏だんごとキャベツの煮物 とうもろこしのスープ	米	鶏ささみひき肉 花かつお	玉ねぎ キャベツ 人参 もやし きゅうり とうもろこし わかめ	おかかがゆ

※中期から、かつおの削り節でとただしを使用しています。
※献立は変更になる場合があります。 ※必要に応じ片栗粉を使用します。