



8月の離乳食献立表（初期～中期）



2020/8/1

実施日	初期（5～6ヶ月）			中期（7～8ヶ月）			
	献立名	食品名	間食	午前間食	献立名	午後間食	食品名
1 土	うどんのくたくた煮 りんごのすりおろし	うどん 人参 玉ねぎ キャベツ だし汁。 りんご。	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん キウイ	調乳 ふかしもち せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。キウイ。/さつまいも。
3 月	すりつぶしかゆ 野菜の煮つぶし 豆腐のくたくた煮	米。なす 人参 だし汁。 豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ なすのそぼろ煮 みそ汁	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	米。豚ひき肉 なす 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 みそ だし汁。/ マカロニ きな粉 砂糖。
4 火	すりつぶしかゆ 豆腐のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米。豆腐 人参 だし汁。大根 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 肉団子の煮物 すまし汁	調乳 すいか せんべい	米。豚挽き肉 ひじき缶 玉ねぎ パン粉 木綿豆腐 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁 代替) じゃがい も。大根 人参 しめじ 醤油 だし 汁。/すいか。
5 水	すりつぶしかゆ 野菜のミルク煮 野菜の煮つぶし	米。じゃがいも 人参 育児用ミルク。きゅうり 冬瓜 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 春雨煮・焼のり 冬瓜のスープ	調乳 ☆やわらか フルーツ白玉	米。春雨 人参 きゅうり コーン 砂糖 醤油 だし汁。冬瓜 豚肉 人参 しいたけ 醤油 だし汁。 焼のり。/ パナナ 上白糖 白玉粉 絹こし豆腐。
6 木	すりつぶしかゆ 野菜の煮物 野菜のくたくた煮	米。じゃがいも 玉ねぎ だし汁。豆腐 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 大豆と野菜の煮物 みそ汁・デ) キウイ	調乳 ミニゼリー せんべい	米。大豆水煮 人参 大根 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。キウイ。
7 金	すりつぶしかゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。白身魚 人参 キャベツ だし汁。大根 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 白身魚と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ☆やわらか じゃが丸	米。メルルーサ キャベツ 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。大根 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / じゃが芋 片栗粉 塩 バター 油。
8 土	スパゲッティのくたくた煮 りんごのすりおろし	スパゲッティ キャベツ 人参 だし汁。りんご。	調乳	調乳 せんべい	スパゲッティ りんご	調乳 ふかしおじゃが せんべい	スパゲッティ 豚肉 キャベツ 人参 たまねぎ 野菜スープの素 りんご / じゃがいも。
11 火	すりつぶしかゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米。かぼちゃ 玉ねぎ なす だし汁。キャベツ きゅうり 人参 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 豚肉と野菜の煮物 煮びたし ヨーグルト	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米。豚肉 なす 人参 コーン缶 かぼちゃ 玉ねぎ オクラ 砂糖 醤油 だし汁。キャベツ きゅうり 醤油 だし汁。ヨーグルト。/ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
12 水	すりつぶしかゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。じゃがいも 人参 だし汁。かぼちゃ 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 すいか せんべい	米。豚肉 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。かぼちゃ はくさい 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / すいか。
13 木	すりつぶしかゆ 白身魚のすり流し 野菜のくたくた煮	米。白身魚 人参 だし汁。さつまいも 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆りんごジュースゼリー せんべい	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 さつまいも 人参 玉ねぎ 大根 みそ だし汁 /100%りんごジュース ゼリーの素。
14 金	すりつぶしかゆ 豆腐のすりつぶし 野菜の煮つぶし	米。豆腐 白菜 人参 だし汁。なす かぼちゃ 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐と野菜の卵黄とじ みそ汁 デ) パナナ	調乳 棒チーズ ビスケット	米。豚挽き肉 白菜 人参 卵黄 高野豆腐 三度豆 油 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉。 なす かぼちゃ 玉ねぎ えのきだけ みそ だし汁。パナナ。 / 棒チーズ。
15 土	うどんのくたくた煮 りんごのすりおろし	うどん 人参 玉ねぎ キャベツ だし汁。 りんご。	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん キウイ	調乳 ふかしもち せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。キウイ。/さつまいも。
17 月	すりつぶしかゆ 豆腐のすりつぶし 野菜の煮つぶし	米。豆腐 小松菜 だし汁。かぼちゃ 人参 大根 だし汁。	調乳 りんご すりおろし	調乳 せんべい	かゆ かぼちゃの旨煮 みそ汁	調乳 りんご ミニゼリー	米。鶏肉 かぼちゃ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。豆腐 玉ねぎ 人参 小松菜 み そ だし汁。/ りんご。
18 火	パンがゆ スパゲッティのくたくた煮 野菜の煮つぶし	コッペパン 野菜スープ。 スパゲッティ 人参 なす だし汁。玉ねぎ 鮭缶 じゃがいも だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ スパゲッティークチャップ煮 コーンスープ デ) メロン	調乳 ☆やわらか わらびもち	コッペパン 野菜スープ。スパゲッティ なす バター 牛挽き肉 人参 玉ねぎ ピーマン しめじ トマトケチャップ だし汁。じゃがいも クリームコーン缶 玉ねぎ 人参 育児用ミルク。 メロン。 / わらび粉 きな粉 砂糖。
19 水	すりつぶしかゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。白身魚 人参 だし汁。 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 煮魚 かきたま汁	調乳 ☆パンがゆ→ ロールパン	米。白身魚 砂糖 しょうゆ だし汁 代替) 豚肉。 卵黄 豆腐 人参 チンゲンサイ 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。 /ロールパン 育児用ミルク。
20 木	すりつぶしかゆ 野菜の煮つぶし そうめんのくたくた煮	米。冬瓜 玉ねぎ だし汁。 そうめん 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ とうがんのあんかけ にゅうめん	調乳 ☆やわらかヨーグルト 蒸しケーキ	米。冬瓜 豚挽き肉 人参 グリンピース 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。そうめん 人参 しめじ 醤油 だし汁。 /ホットケーキミックス ベーキングパウダー バター 砂糖 無糖ヨーグルト。
21 金	すりつぶしかゆ マッシュポテト 豆腐の煮つぶし	米。じゃがいも 玉ねぎ 育児用ミルク。豆腐 ほうれん草 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ マッシュポテト ほうれん草スープ	調乳 ☆りんごゼリー せんべい	米。じゃがいも 豚挽き肉 玉ねぎ 油 育児用ミルク。 豆腐 人参 ほうれん草 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 / りんご ゼリーの素。
22 土	すりつぶしかゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米。白菜 人参 玉ねぎ だし汁。チンゲンサイ 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 八宝菜風 わかめスープ	調乳 ゼリー せんべい	米。豚肉 白菜 人参 玉ねぎ 三度豆 醤油 片栗粉 だし汁。大根 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ わかめ 醤油 だし汁。
24 月	すりつぶしかゆ 野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	米。じゃがいも 玉ねぎ 人参 育児用ミルク。 キャベツ きゅうり だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ じゃがいものそぼろ煮 煮びたし ミニゼリー	調乳 型抜きチーズ せんべい	米。豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。キャベツ きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。/ 型抜きチーズ。
25 火	パンがゆ 野菜のミルク煮 野菜の煮つぶし	食パン 野菜スープ。 かぼちゃ 玉ねぎ 育児用ミルク。人参 玉ねぎ ほうれん草 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ かぼちゃのミルク煮 野菜スープ デ) キウイ	調乳 ☆やわらかあんこ団子 せんべい	食パン 野菜スープ。かぼちゃ ほうれん草 玉ねぎ 育児用ミルク。豚肉 もやし 人参 小松菜 しめじ 醤油 出し汁。キウイ。/ 絹こし豆腐 白玉粉 砂糖 小豆粉。
26 水	すりつぶしかゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。白身魚 人参 だし汁。 白菜 小松菜 じゃがいも だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 すいか ビスケット	米。メルルーサ 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。白菜 人参 小松菜 豚肉 みそ だし汁。/ すいか。
27 木	パンがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜の煮つぶし	ロールパン 育児用ミルク。 豆腐 人参 だし汁。玉ねぎ じゃがいも だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	パンがゆ 豆腐のそぼろ煮 レタスのスープ	調乳 ミニゼリー せんべい	ロールパン 育児用ミルク。豆腐 豚挽き肉 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 だし汁 代替) じゃがいも。 じゃがいも レタス 人参 醤油 だし汁。
28 金	すりつぶしかゆ 野菜のすりつぶし 野菜のくたくた煮	米。鮭缶 玉ねぎ 人参 だし汁。じゃがいも 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 野菜スープ	調乳 メロン せんべい	米。鶏肉 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。はくさい 人参 玉ねぎ えのきだけ じゃがいも 醤油 だし汁。/ メロン。
29 土	すりつぶしかゆ 野菜のミルク煮 野菜の煮つぶし	米。じゃがいも 人参 育児用ミルク。大根 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	わかめがゆ 豚汁	調乳 バナナ せんべい	米 わかめ だし汁 醤油 出し昆布。豚肉 人参 玉ねぎ 大根 しめじ みそ だし汁。/ パナナ。
31 月	すりつぶしかゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米。鮭缶 人参 だし汁。 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉とひじきの煮物 みそ汁	調乳 ☆やわらか お好み焼き	米。豚肉 芽ひじき 人参 三度豆 砂糖 しょうゆ だし汁。チンゲンサイ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / 豚肉 長いも キャベツ 小麦粉 粉かつお 青のり。