

# 8月の予定献立表【離乳食 中期・後期】



発行日：令和 2年 7月吉日  
作成者：管理栄養士 上原

日 曜	献立名			主な材料		
	午前おやつ	昼食	午後おやつ	からだの熱や力になるもの(黄)	からだの血や肉になるもの(赤)	からだの調子を整えるもの(緑)
1 土	野菜せんべい	お弁当	マンナ	野菜せんべい、マンナ		
3 月	お米せんべい	おかゆ、豚肉と野菜のみそ煮 ささみのサラダ たまねぎスープ	マッシュポテト	お米せんべい、米、じゃがいも	豚肉、みそ、鶏ささみ	キャベツ、ピーマン、にんじん、きゅうり、たまねぎ、とうもろこし
4 火	マンナ	おかゆ、赤魚のだし煮 きゅうりとわかめの和え物 豆腐のみそ汁	パンピングケーキがゆ	マンナ、米、かぼちゃ、小麦粉	赤魚、わかめ、木綿豆腐、みそ、粉ミルク	きゅうり、とうもろこし、にんじん、たまねぎ
5 水	野菜せんべい	お肉と野菜のおかゆ にんじんの和え物 チキンスープ	バナナ	野菜せんべい、米	豚ひき肉、鶏ひき肉、鶏肉	ピーマン、パプリカ、たまねぎ、しめじ、きゅうり、にんじん、ちんげんさい
6 木	お米せんべい	おかゆ、たらのだし煮 ブロッコリーサラダ 野菜スープ	ミルクかん	お米せんべい、米、片栗粉	たら、粉ミルク	ブロッコリー、にんじん、キャベツ、とうもろこし、たまねぎ
7 金	マンナ	おかゆ、ハンバーグ 野菜のトマト煮 キャベツスープ	きなこがゆ	マンナ、米、パン粉	豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐、きなこ	たまねぎ、にんじん、えだまめ、なす、ピーマン、きゅうり、トマト、キャベツ、しめじ
8 土	野菜せんべい	お弁当	マンナ	野菜せんべい、マンナ		
10 月	お米せんべい	お弁当	野菜せんべい	お米せんべい、野菜せんべい		
11 火	マンナ	お弁当	お米せんべい	マンナ、お米せんべい		
12 水	野菜せんべい	お弁当	マンナ	野菜せんべい、マンナ		
13 木	お米せんべい	お弁当	野菜せんべい	お米せんべい、野菜せんべい		
14 金	マンナ	お弁当	お米せんべい	マンナ、お米せんべい		
15 土	野菜せんべい	お弁当	マンナ	野菜せんべい、マンナ		
17 月	お米せんべい	おかゆ、鶏じゃが オクラの和え物 にんじんのみそ汁	にんじんケーキがゆ	お米せんべい、米、じゃがいも、小麦粉	鶏肉、みそ、粉ミルク	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、オクラ、えのき
18 火	マンナ	おかゆ、豚と野菜のあんかけ 水菜サラダ たまねぎスープ	枝豆もんじゃ	マンナ、米、小麦粉	豚肉、ツナ	キャベツ、こまつな、しめじ、きゅうり、にんじん、水菜、たまねぎ、とうもろこし、えだまめ
19 水	野菜せんべい	おかゆ、かれのいのだし煮 冬瓜のそぼろあんかけ なすのみそ汁	にんじん蒸しパンがゆ	野菜せんべい、米、片栗粉、小麦粉	かれのい、鶏ひき肉、みそ、粉ミルク	なす、冬瓜、にんじん、たまねぎ
20 木	お米せんべい	おかゆ、豆腐とひき肉の煮物 にんじんサラダ ちんげんさいのスープ	リンゴゼリー	お米せんべい、米	木綿豆腐、豚ひき肉	たまねぎ、にんじん、きゅうり、ちんげんさい、とうもろこし、りんご
21 金	マンナ	おかゆ、鶏肉のにんじんソースかけ ひじきの和え物 ミネストローネ	マカロニきなこ	マンナ、米、マカロニ	鶏肉、ひじき、ツナ、きなこ	にんじん、えだまめ、とうもろこし、たまねぎ、キャベツ、トマト
22 土	野菜せんべい	お弁当	お米せんべい	野菜せんべい、お米せんべい		
24 月	お米せんべい	夏野菜かゆ 切り干し大根のサラダ あまにんじん	きなこがゆ	お米せんべい、米	鶏肉、きなこ	なす、かぼちゃ、ピーマン、たまねぎ、切り干し大根、きゅうり、にんじん
25 火	マンナ	おかゆ、たらのみぞれ煮 じゃがいものきんぴら風 こまつなのみそ汁	レモン蒸しパンがゆ	マンナ、米、じゃがいも、小麦粉	たら、みそ、粉ミルク	だいこん、にんじん、ピーマン、こまつな、たまねぎ、レモン果汁
26 水	野菜せんべい	山形だしそうめん 里芋の煮物 あまにんじん	さばがゆ	野菜せんべい、そうめん、里芋	牛肉、さば	オクラ、なす、きゅうり、たまねぎ、ねぎ、にんじん
27 木	お米せんべい	おかゆ、鮭のだし煮 かぼちゃサラダ しめじスープ	ミルクかん	お米せんべい、米、かぼちゃ、片栗粉	鮭、粉ミルク	とうもろこし、にんじん、たまねぎ、えだまめ、しめじ
28 金	マンナ	おかゆ、牛肉と野菜のだし煮 にんじんの和え物 キャベツスープ	コーンのおやき風	マンナ、米、小麦粉	牛肉、卵	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、きゅうり、にら
29 土	野菜せんべい	お弁当	お米せんべい	野菜せんべい、お米せんべい		
31 月	お米せんべい	おかゆ、豚肉の野菜煮 じゃがいもの柔らか煮 オクラのみそ汁	かぼちゃの柔らか煮	お米せんべい、米、片栗粉、ごま、じゃがいも、ごま、かぼちゃ	豚肉、鶏ひき肉、みそ	キャベツ、たまねぎ、こんにゃく、こまつな、オクラ、にんじん

※上記の献立は変更させていただく場合がございます。