

# 2023年 8月献立表 (離乳食)

日 曜	午前食	主な材料	おやつ ( )内は、主な材料です。	日 曜	午前食	主な材料	おやつ ( )内は、主な材料です。
1 火	軟飯 ツナ大根 じゃがいもスティック	米 ツナ 大根 人参 三度豆 じゃがいも	わかめうどん (うどん わかめ しめじ)	17 木	軟飯 豆腐の野菜あんかけ ほうれん草ののり和え	米 豆腐 人参 エリンギ 三度豆 ほうれん草 のり	のりポテト (じゃがいも 青のり)
2 水	軟飯 さつまいものそぼろあんかけ 小松菜のおかか和え	米 鶏肉 さつまいも グリンピース 小松菜 人参 かつおぶし	マカロニきな粉 (マカロニ きな粉)	18 金	軟飯 魚のコーンソースがけ 人参スティック	米 白身魚 コーン パセリ ブロッコリー 人参	りんごのコンポート (りんご)
3 木	軟飯 豆腐の野菜あんかけ ほうれん草ののり和え	米 豆腐 人参 エリンギ 三度豆 ほうれん草 のり	苺の米粉蒸しパン (米粉のケーキミックス 苺ジャム)	19 土	軟飯 ツナと小松菜のうま煮 豆腐のみそ汁	米 ツナ 小松菜 人参 椎茸 豆腐 しめじ	青菜ごはん (米 ほうれん草)
4 金	軟飯 魚のコーンソースがけ 人参スティック	米 白身魚 コーン パセリ ブロッコリー 人参	スイートポテト (さつまいも)	21 月	軟飯 魚のカレー風味煮 キャベツのおかか和え	米 白身魚 ブロッコリー キャベツ 人参 かつおぶし	にゅうめん (そうめん 鶏肉 人参 椎茸)
5 土	軟飯 ツナと小松菜のうま煮 豆腐のみそ汁	米 ツナ 小松菜 人参 椎茸 豆腐 しめじ	グリンピースごはん (米 グリンピース)	22 火	軟飯 ツナ大根 じゃがいもスティック	米 ツナ 大根 人参 三度豆 じゃがいも	野菜入り米粉蒸しパン (米粉のケーキミックス ブロッコリー 人参)
7 月	軟飯 魚のカレー風味煮 キャベツのおかか和え	米 白身魚 ブロッコリー キャベツ 人参 かつおぶし	じゃがいものおやき (じゃがいも 青のり)	23 水	軟飯 さつまいものそぼろあんかけ 小松菜のおかか和え	米 鶏肉 さつまいも グリンピース 小松菜 人参 かつおぶし	かつおごはん (米 かつおぶし)
8 火	軟飯 鶏じゃが 小松菜の煮浸し	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 小松菜	さつまいもの米粉蒸しパン (米粉のケーキミックス さつまいも)	24 木	軟飯 高野豆腐の含め煮 粉ふきいも	米 高野豆腐 鶏肉 人参 玉ねぎ しめじ じゃがいも パセリ	かぼちゃようかん (かぼちゃ 寒天)
9 水	軟飯 白和え風煮 かぼちゃの煮もの	米 豆腐 人参 椎茸 三度豆 かぼちゃ	きな粉ごはん (米 きな粉)	25 金	軟飯 赤ちゃんマーボー キャベツの温サラダ	米 豆腐 人参 玉ねぎ 椎茸 キャベツ 三度豆	りんごかん (りんご 寒天)
10 木	軟飯 高野豆腐の含め煮 粉ふきいも	米 高野豆腐 鶏肉 人参 玉ねぎ しめじ じゃがいも パセリ	焼きバナナ (バナナ)	26 土	軟飯 ツナと白菜のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 ツナ 白菜 人参 玉ねぎ ブロッコリー	かぼちゃのレモン煮 (かぼちゃ レモン汁)
12 土	軟飯 ツナと白菜のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 ツナ 白菜 人参 玉ねぎ ブロッコリー	わかめごはん (米 わかめ)	28 月	軟飯 鶏じゃが 小松菜の煮浸し	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 小松菜	人参入りホットケーキ (ホットケーキミックス 人参)
14 月	軟飯 煮豆腐 三度豆のやわらか煮	米 豆腐 しめじ かぼちゃ 三度豆 人参	ポテトサラダ (じゃがいも 人参 ブロッコリー)	29 火	軟飯 魚のおろしあんかけ ほうれん草のおかか和え	米 白身魚 大根 三度豆 人参 ほうれん草 かつおぶし	粉ふきいものカレー風味 (鶏肉 じゃがいも パセリ)
15 火	軟飯 魚のおろしあんかけ ほうれん草のおかか和え	米 白身魚 大根 三度豆 人参 ほうれん草 かつおぶし	ミルクかん (粉ミルク 寒天)	30 水	軟飯 白和え風煮 かぼちゃの煮もの	米 豆腐 人参 椎茸 三度豆 かぼちゃ	トマトリゾット (米 鶏肉 トマト しめじ 三度豆)
16 水	軟飯 ポトフ ブロッコリーのカレー風味煮	米 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しめじ ブロッコリー	そぼろごはん (米 鶏肉)	31 木	軟飯 煮豆腐 三度豆のやわらか煮	米 豆腐 しめじ かぼちゃ 三度豆 人参	いもようかん (さつまいも 寒天)

★この献立は後期食を基準に作成しています。中期食は、後期食のメニューから刻んだり、味を薄めたり、潰したものを提供しています。

前期食は、アクの少ない野菜をペースト状にして提供しています。

★後期食から、おやつを提供しています。

★後期食については、午前食に果物がついています。

★調味料は記載していませんが、中期食より使用しています。