



8月の離乳食こんだて



日にち	曜日	こんだて名(材料名)		
		初 期 (6か月～)	中 期 (7か月～)	後 期 (9か月～)
1 15 29	土	野菜煮込みうどん (もやし、キャベツ、人参、うどん) 人参と玉葱の煮物 (人参、玉葱) バナナ	野菜煮込みうどん (もやし、キャベツ、人参、豚ひき肉、うどん) そばろ煮 (人参、玉葱、鶏ひき肉) バナナ	野菜煮込みうどん (もやし、キャベツ、人参、豚ひき肉、うどん) そばろ煮 (人参、玉葱、鶏ひき肉) バナナ
3 17 31	月	おかゆ 豆腐の柔らか煮 (豆腐) もやしのすり流し (もやし) スープ (人参、玉葱、白菜) ぶどう	おかゆ 鶏だんご蒸し (鶏ひき肉、玉葱、片栗粉) 野菜炒め (もやし、人参) スープ (人参、玉葱、白菜、豚肉) ぶどう	おかゆ 鶏だんご蒸し (鶏ひき肉、玉葱、片栗粉) 野菜炒め (もやし、人参) スープ (人参、玉葱、白菜、豚肉) ぶどう
4 18	火	おかゆ 野菜の柔らか煮 (キャベツ、人参) スープ (豆腐) バナナ	おかゆ まぐろの蒸し焼き (まぐろ) 野菜の柔らか煮 (キャベツ、人参) みそ汁 (豆腐) バナナ	おかゆ まぐろの蒸し焼き (まぐろ) 野菜の柔らか煮 (キャベツ、人参) みそ汁 (豆腐) バナナ
5 19	水	おじゃ (じゃがいも、玉葱、人参、ごはん) キャベツのすり流し (キャベツ) 大根の柔らか煮 (大根)	おじゃ (じゃがいも、玉葱、人参、鶏肉、ごはん) キャベツ炒め (キャベツ) 大根の柔らか煮 (大根) グレープフルーツ	おじゃ (じゃがいも、玉葱、人参、鶏肉、ごはん) キャベツ炒め (キャベツ) 大根の柔らか煮 (大根) グレープフルーツ
6 20	木	パンがゆ (食パン、調整粉乳) 人参の柔らか煮 (人参) キャベツの柔らか煮 (キャベツ) スープ (玉葱) トマトのペースト (トマト)	パンがゆ (食パン、調整粉乳) 人参の甘煮 (人参) キャベツの柔らか煮 (キャベツ) スープ (玉葱) トマトの粗刻み (トマト)	パンがゆ (食パン、調整粉乳) 人参の甘煮 (人参) キャベツの柔らか煮 (キャベツ) スープ (玉葱) トマトの粗刻み (トマト)
7 21	金	おかゆ 豆腐のすり流し (豆腐) ブロッコリーのすり流し (ブロッコリー) スープ (じゃがいも)	おかゆ 豆腐入りハンバーグ (鶏ひき肉、豆腐、玉葱) ゆでブロッコリー (ブロッコリー) スープ (じゃがいも) キウイフルーツ	おかゆ 豆腐入りハンバーグ (鶏ひき肉、豆腐、玉葱) ゆでブロッコリー (ブロッコリー) スープ (じゃがいも) キウイフルーツ
8 22	土	うどんの柔らか煮 (うどん、人参) かぼちゃの柔らか煮 (かぼちゃ) バナナ	うどんの柔らか煮 (うどん、人参) かぼちゃのそばろ煮 (かぼちゃ、鶏ひき肉) くずしシュウマイ (シュウマイ) バナナ	うどんの柔らか煮 (うどん、人参) かぼちゃのそばろ煮 (かぼちゃ、鶏ひき肉) くずしシュウマイ (シュウマイ) バナナ
10 24	月	おかゆ 豆腐のすり流し (豆腐) スープ (かぼちゃ、玉葱) 野菜の柔らか煮 (小松菜、人参)	おかゆ 炒り豆腐 (豆腐、鶏ひき肉、人参) みそ汁 (かぼちゃ、玉葱) 野菜の柔らか煮 (小松菜、人参) キウイフルーツ	おかゆ 炒り豆腐 (豆腐、鶏ひき肉、人参) みそ汁 (かぼちゃ、玉葱) 野菜の柔らか煮 (小松菜、人参) キウイフルーツ
— 25	火	おかゆ きゅうりの出汁煮 (きゅうり) スープ (玉葱) じゃがいものマッシュ (じゃがいも) オレンジ	おかゆ きゅうりの出汁煮 (きゅうり) 豚肉と野菜の柔らか煮 (豚肉、人参) みそ汁 (玉葱) じゃがいものマッシュ (じゃがいも) オレンジ	おかゆ きゅうりの出汁煮 (きゅうり) 豚肉と野菜の柔らか煮 (豚肉、人参) みそ汁 (玉葱) じゃがいものマッシュ (じゃがいも) オレンジ
12 26	水	おかゆ 豆腐のすり流し (豆腐) 人参の甘煮 (人参) きゅうりのすり流し (きゅうり) スープ (もやし、玉葱) ぶどう	おかゆ 炒り豆腐 (豆腐、豚ひき肉、人参) きゅうりの出汁煮 (きゅうり) スープ (もやし、玉葱、肉入りワンタン) ぶどう	おかゆ 炒り豆腐 (豆腐、豚ひき肉、人参) きゅうりの出汁煮 (きゅうり) スープ (もやし、玉葱、肉入りワンタン) ぶどう
13 27	木	おかゆ じゃがいものマッシュ (じゃがいも) きゅうりの出汁煮 (きゅうり、だし) スープ (人参)	おかゆ 豚肉の蒸し焼き (豚肉) じゃがいものマッシュ (じゃがいも) きゅうりの出汁煮 (きゅうり、だし) スープ (人参) キウイフルーツ	おかゆ 豚肉の蒸し焼き (豚肉) じゃがいものマッシュ (じゃがいも) きゅうりの出汁煮 (きゅうり、だし) スープ (人参) キウイフルーツ
14 28	金	おかゆ 鮭の蒸し焼き (鮭) ほうれん草のすり流し (ほうれん草) スープ (かぼちゃ、玉葱) オレンジ	おかゆ 鮭の蒸し焼き (鮭) 納豆和え (ほうれん草、納豆) みそ汁 (かぼちゃ、玉葱) オレンジ	おかゆ 鮭の蒸し焼き (鮭) 納豆和え (ほうれん草、納豆) みそ汁 (かぼちゃ、玉葱) オレンジ