

2026 年度

## 8 月離乳食献立表（後期食）

| 日にち         | 曜日 | 午前                                                          |                                                                           | 午後                                                  |                                                      |
|-------------|----|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
|             |    | 献立                                                          | 主な食材                                                                      | 献立                                                  | 主な食材                                                 |
| 1 ・ 15 ・ 29 | 土  | 硬粥<br>豚ひき肉と玉ねぎの煮物<br>人参の煮物<br>わかめ煮<br>さつまいもと玉ねぎのみそ汁         | 米<br>豚ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉<br>人参・醤油<br>きゃべつ・わかめ・塩・片栗粉<br>さつまいも・玉ねぎ・みそ           | 豚あんかけ丼<br>じゃがいもの煮物<br>くだもの<br>豆腐とわかめのみそ汁            | 米・豚挽き肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉<br>じゃがいも・塩<br>豆腐・わかめ・みそ            |
| 3 ・ 17 ・ 31 | 月  | 硬粥<br>魚の煮物<br>とうがんのそぼろ煮<br>きゃべつと人参の煮物<br>かぼちゃと麩のみそ汁         | 米<br>かれい・醤油・片栗粉<br>冬瓜・鶏ひき肉・醤油・片栗粉<br>きゃべつ・人参・みそ・片栗粉<br>かぼちゃ・麩・みそ          | 硬粥<br>肉団子の煮物<br>茹でブロッコリー<br>くだもの<br>冬瓜と玉ねぎのスープ      | 米<br>豚ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・醤油・片栗粉<br>ブロッコリー・塩<br>冬瓜・玉ねぎ・塩  |
| 4 ・ 18 ・    | 火  | ミートソースうどん<br>ぶどう豆<br>トマトときゃべつの煮物<br>ねぎと人参のスープ               | うどん・豚挽き肉・玉ねぎ・人参・トマトビュレ・片栗粉<br>大豆・レーズン・砂糖・塩<br>トマト・きゃべつ・塩・片栗粉<br>ねぎ・人参・塩   | 硬粥<br>魚の煮物<br>人参の煮物<br>くだもの<br>わかめときゃべつのみそ汁         | 米<br>かれい・醤油・片栗粉<br>人参・醤油<br>わかめ・きゃべつ・みそ              |
| 5 ・ 19 ・    | 水  | 硬粥<br>魚の煮物<br>かぼちゃの煮物<br>きゃべつときゅうりの煮物<br>ほうれん草ともやしのすまし汁     | 米<br>かれい・醤油・片栗粉<br>かぼちゃ<br>きゃべつ・きゅうり・塩・片栗粉<br>ほうれん草・もやし・醤油・塩              | 煮込みうどん<br>鶏団子の煮物<br>茹でブロッコリー<br>くだもの                | うどん・ねぎ・人参・醤油・塩<br>鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・パン粉・みそ・片栗粉<br>ブロッコリー・塩 |
| 6 ・ 20 ・    | 木  | 硬粥<br>鶏団子の煮物<br>じゃがいもの煮物<br>きゃべつと茄子の煮物<br>玉ねぎと豆腐のみそ汁        | 米<br>鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・醤油・片栗粉<br>じゃがいも・塩<br>きゃべつ・茄子・みそ・片栗粉<br>玉ねぎ・豆腐・みそ     | 硬粥<br>魚のわかめ煮<br>かぼちゃの煮物<br>くだもの<br>茄子と玉ねぎのみそ汁       | 米<br>かれい・わかめ・塩・片栗粉<br>かぼちゃ<br>茄子・玉ねぎ・みそ              |
| 7 ・ 21 ・    | 金  | 納豆粥<br>鮭のみそ煮<br>人参の煮物<br>きゃべつときゅうりの煮物<br>わかめと玉ねぎのすまし汁       | 米・納豆・醤油<br>鮭・みそ・片栗粉<br>人参・醤油<br>きゃべつ・きゅうり・塩・片栗粉<br>わかめ・玉ねぎ・醤油・塩           | 硬粥<br>鶏ひき肉と玉ねぎの煮物<br>さつまいもの煮物<br>くだもの<br>きゃべつと麩のスープ | 米<br>鶏ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉<br>さつまいも<br>きゃべつ・麩・塩            |
| 8 ・ 22 ・    | 土  | 硬粥<br>豆腐の煮物<br>さつまいもの煮物<br>もやしときゅうりの煮物<br>小松菜ときゃべつのスープ      | 米<br>豆腐・醤油・片栗粉<br>さつまいも<br>もやし・きゅうり・みそ・片栗粉<br>小松菜・きゃべつ・塩                  | 硬粥<br>豚ひき肉と玉ねぎのみそ煮<br>人参の煮物<br>くだもの<br>もやしと小松菜のスープ  | 米<br>豚ひき肉・玉ねぎ・みそ・片栗粉<br>人参・醤油<br>もやし・小松菜・塩           |
| 10 ・ 24 ・   | 月  | 硬粥<br>豚ひき肉と玉ねぎの煮物<br>ひじきの煮物<br>ほうれん草と人参の煮物<br>麩・わかめ・玉ねぎのみそ汁 | 米<br>豚ひき肉・玉ねぎ・みそ・片栗粉<br>ひじき・人参・醤油・片栗粉<br>ほうれん草・人参・塩・片栗粉<br>麩・わかめ・玉ねぎ・みそ   | 硬粥<br>鮭の煮物<br>じゃがいもの青のり煮<br>くだもの<br>ほうれん草ともやしのすまし汁  | 米<br>鮭・塩・片栗粉<br>じゃがいも・青のり・塩・片栗粉<br>ほうれん草・もやし・醤油・塩    |
| ・ 25 ・      | 火  | 硬粥<br>鶏団子の煮物<br>人参の煮物<br>きゃべつときゅうりの煮物<br>茄子と玉ねぎのみそ汁         | 米<br>鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・醤油・片栗粉<br>人参・醤油<br>きゃべつ・きゅうり・塩・片栗粉<br>茄子・玉ねぎ・みそ      | 豚丼<br>かぼちゃの煮物<br>くだもの<br>豆腐ときゃべつのみそ汁                | 米・豚挽き肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉<br>かぼちゃ<br>豆腐・きゃべつ・みそ              |
| 12 ・ 26 ・   | 水  | 硬粥<br>夏野菜のミルク煮<br>金時豆の煮物<br>トマト<br>冬瓜と玉ねぎのスープ               | 米<br>豚ひき肉・かぼちゃ・ズッキーニ・玉ねぎ・牛乳・塩・片栗粉<br>金時豆・砂糖・醤油<br>トマト<br>冬瓜・玉ねぎ・塩         | 硬粥<br>魚のみそ煮<br>冬瓜の煮物<br>くだもの<br>かぼちゃと玉ねぎのすまし汁       | 米<br>かれい・みそ・片栗粉<br>冬瓜・醤油<br>かぼちゃ・玉ねぎ・醤油・塩            |
| 13 ・        | 木  | 硬粥<br>鶏団子の青のり煮<br>じゃがいもの煮物<br>春雨ときゅうりの煮物<br>ねぎときゃべつのみそ汁     | 米<br>鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・青のり・塩・片栗粉<br>じゃがいも・塩<br>春雨・きゅうり・醤油・片栗粉<br>ねぎ・きゃべつ・みそ | ミートソースうどん<br>かぼちゃの煮物<br>くだもの<br>玉ねぎとわかめのスープ         | うどん・豚挽き肉・玉ねぎ・人参・ほうれん草・みそ・片栗粉<br>かぼちゃ<br>玉ねぎ・わかめ・塩    |
| 14 ・ 28 ・   | 金  | 煮込みうどん<br>魚の煮物<br>人参のみそ煮<br>小松菜ときゃべつの煮物                     | うどん・わかめ・ねぎ・人参・醤油・塩<br>かれい・醤油・片栗粉<br>人参・みそ<br>小松菜・きゃべつ・醤油・片栗粉              | 硬粥<br>豆腐のみみじ煮<br>さつまいもの煮物<br>くだもの<br>小松菜と人参のみそ煮     | 米<br>豆腐・人参・塩・片栗粉<br>さつまいも<br>小松菜・人参・みそ               |
| 27          | 木  | あけぼの粥<br>肉団子の煮物<br>かぼちゃの煮物<br>きゅうりと人参のスティック煮<br>春雨スープ/バナナ   | 米・人参<br>豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・パン粉・醤油・片栗粉<br>かぼちゃ<br>きゅうり・人参・塩・片栗粉<br>春雨・玉ねぎ・塩/バナナ   | ミートソースうどん<br>じゃがいもの煮物<br>くだもの<br>玉ねぎとわかめのスープ        | うどん・豚挽き肉・玉ねぎ・人参・ほうれん草・みそ・片栗粉<br>じゃがいも・塩<br>玉ねぎ・わかめ・塩 |

お粥の水分量はこどもの状況に合わせて対応いたします。

🗓️ 今月の誕生会は 27 日（木）です 🗓️

※献立は材料の都合により変わることがあります。