



# 2024年8月 離乳食だより



	献立名	材料名 (昼食)			
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ
1 (木)	白がゆ 豆腐の味噌汁	米	豆腐	玉ネギ・人参・大根・里芋	野菜ゼリー
2 (金)	白がゆ 白菜の豆乳スープ	米	鶏ミンチ・豆乳	玉ネギ・人参・白菜	ハイハイ
3 (土)	南瓜と ほうれん草のおじや	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ほうれん草 南瓜	クラッカー
5 (月)	白がゆ 鶏団子スープ	米	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・チンゲン菜	ビスケット
6 (火)	白がゆ 高野豆腐の煮物	米	高野豆腐	玉ネギ・人参・小松菜	マンナ
7 (水)	鮭がゆ 豆腐と白菜のあんかけ	米	豆腐・鮭	玉ネギ・人参・白菜	ぶどうゼリー
8 (木)	白がゆ トマトシチュー	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・トマト	おにぎり
9 (金)	白がゆ ほうれん草のツナ和え	米	ツナ缶・豆腐	ほうれん草・人参・キャベツ	ウエハース
10 (土)	白がゆ ちゃんぽんめん	米・中華めん	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・キャベツ・白菜	かぼちゃポーロ
13 (火)	中華丼	米	鶏ささみ	玉ネギ・人参・チンゲン菜	紫芋せんべい
14 (水)	白がゆ ポトフ風	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ブロッコリー 大根	アンパンマン せんべい
15 (木)	白がゆ さつまいの煮物	米・さつまい	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・小松菜・なす	お米パフ
16 (金)	白がゆ 豆腐のあんかけ	米	豆腐・鶏ささみ	玉ネギ・人参・里芋・ひじき	ビスコ
17 (土)	しらすと さつまいのおじや	米・さつまい	しらす	玉ネギ・人参・ほうれん草 大根	コーンスナック
19 (月)	白がゆ けんちん汁	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・里芋・大根	マンナ
20 (火)	白がゆ 冬瓜スープ	米	鶏ミンチ	冬瓜・玉ネギ・人参・里芋	豆乳クッキー
21 (水)	白がゆ すき焼き風煮	米	鶏ささみ・すきふ・豆腐	玉ネギ・人参・白菜	みかん
22 (木)	白がゆ じゃが芋のそぼろ煮	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ほうれん草	紫芋せんべい
23 (金)	白がゆ 豆腐ハンバーグ	米	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・ひじき	りんごゼリー
24 (土)	白がゆ 白菜のあんかけ	米	豆腐	玉ネギ・人参・小松菜 白菜	ハイハイ
26 (月)	白がゆ 白身魚のトマト煮	米・じゃが芋	白身魚	玉ネギ・人参・パプリカ トマト	蒸しパン
27 (火)	白がゆ ささみのキャベツ煮	米	鶏ささみ	玉ネギ・人参・キャベツ	動物ビスケット
28 (水)	白がゆ 八宝菜風	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・チンゲン菜 白菜・バナナ	バナナ
29 (木)	白がゆ ちゃんこうどん	米・うどん	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ほうれん草 大根	かぼちゃポーロ
30 (金)	しらすがゆ 大豆のひじき煮	米	しらす・大豆	ひじき・人参・里芋	ふかし芋
31 (土)	中華風おじや	米	鶏ささみ	玉ネギ・人参・チンゲン菜 なす	ウエハース

※ 紀の川農園の無農薬のお米を使っています