



2025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 (金)	白がゆ 白身魚の洋風煮	米	白身魚	玉ネギ・人参・ほうれん草 なす	豆乳クッキー
2 (土)	豆腐のあんかけ丼	米	豆腐	白菜・人参・玉ネギ・ひじき	ハイハイ
4 (月)	白がゆ 鶏ささみのトマト煮	米	鶏ささみ	トマト・キャベツ・人参 玉ネギ	紫芋せんべい
5 (火)	白がゆ 八宝菜煮	米	鶏ミンチ	人参・玉ネギ・チンゲン菜 白菜	かぼちゃポーロ
6 (水)	白がゆ 豆乳シチュー	米・じゃが芋	鶏ミンチ・豆乳	玉ネギ・人参・ブロッコリー	みかん缶
7 (木)	白がゆ ちゃんこうどん	米・うどん	鶏ミンチ	白菜・人参・玉ネギ	花花せんべい
8 (金)	白がゆ しらすとキャベツの煮物	米・里芋	しらす	キャベツ・玉ネギ・大根	動物クッキー
9 (土)	中華風おじや	米	鶏ささみ	チンゲン菜・玉ネギ・人参	ハイハイ
1 2 (火)	白がゆ すき焼き風煮	米	鶏ミンチ・豆腐	白菜・玉ネギ・人参	ふかし芋
1 3 (水)	南瓜と ほうれん草のリゾット	米	鶏ミンチ	南瓜・パプリカ・玉ネギ 人参	乳ポーロ
1 4 (木)	しらすと さつま芋のおじや	米・さつま芋	しらす	玉ネギ・人参・小松菜	紫芋せんべい
1 5 (金)	あんかけ丼	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ほうれん草 大根	花花せんべい
1 6 (土)	煮込みうどん	うどん	鶏ミンチ	白菜・人参・なす・玉ネギ	ハイハイ
1 8 (月)	白がゆ さつま芋となすの煮物	米・さつま芋	鶏ささみ	大根・人参・玉ネギ・なす	豆乳クッキー
1 9 (火)	白がゆ 鮭と南瓜の豆乳スープ	米	鮭・豆乳・豆腐	キャベツ・南瓜・玉ネギ 人参	みかん缶
2 0 (水)	白がゆ 肉じゃが	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・小松菜	マリー
2 1 (木)	白がゆ 大根のそぼろ煮	米・里芋	鶏ミンチ	大根・玉ネギ・人参	パン
2 2 (金)	白がゆ 豆腐の中華煮	米	豆腐・鶏ささみ	チンゲン菜・玉ネギ・人参	野菜ゼリー
2 3 (土)	しらすと南瓜のリゾット	米	しらす	南瓜・玉ネギ・パプリカ 人参	ハイハイ
2 5 (月)	白がゆ 大豆のトマト煮	米	大豆・鶏ミンチ	トマト・人参・玉ネギ	バナナ
2 6 (火)	白がゆ 冬瓜のそぼろ煮	米・里芋	鶏ミンチ	冬瓜・人参・玉ネギ	蒸しパン
2 7 (水)	白がゆ ポトフ	米・じゃが芋	鶏ミンチ	人参・玉ネギ・ブロッコリー 大根	かぼちゃポーロ
2 8 (木)	白がゆ さつま芋としらすの煮物	米・さつま芋	しらす	玉ネギ・人参・なす	紫芋せんべい
2 9 (金)	白がゆ 白身魚のあんかけ	米	白身魚	白菜・玉ネギ・人参・なす	マンナ
3 0 (土)	あんかけうどん	うどん	鶏ミンチ・豆腐	白菜・玉ネギ・人参	ハイハイ

※ 紀の川農園の無農薬のお米を使っています