



2026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 (土)	さつま芋のおじや	米・さつま芋	しらす	玉ネギ・人参・ほうれん草	ハイハイ
3 (月)	白がゆ 豆腐と白菜の煮物	米	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・白菜 なす	紫芋せんべい
4 (火)	白がゆ じゃが芋とほうれん草のスープ	米・じゃが芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・ほうれん草 キャベツ	ふかし芋
5 (水)	白がゆ 煮込みうどん	米・うどん	ツナ	玉ネギ・人参・小松菜 白菜	お米パフ
6 (木)	白がゆ 南瓜と高野豆腐の煮物	米	鶏ミンチ・高野豆腐	玉ネギ・人参・南瓜・大根	パン
7 (金)	白がゆ 肉じゃが風	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参	紫芋せんべい
8 (土)	中華風おじや	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・チンゲン菜	ぱりんこ
10 (月)	白がゆ 八宝菜風	米	鶏ささみ	玉ネギ・人参・チンゲン菜 白菜	ウエハース
12 (水)	野菜のおじや	米・さつま芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・大根	かぼちゃボーロ
13 (木)	しらすおじや	米	しらす	玉ネギ・人参・ほうれん草	お米パフ
14 (金)	トマトリゾット風	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・トマト・南瓜	紫芋せんべい
15 (土)	和風おじや	米・さつま芋	しらす	玉ネギ・人参・小松菜	ハイハイ
17 (月)	白がゆ すき焼き風煮	米・ふ	鶏ささみ・豆腐	玉ネギ・人参・白菜	バナナ
18 (火)	白がゆ トマトシチュー	米・じゃが芋	鶏ミンチ・大豆	玉ネギ・人参・パプリカ トマト	蒸しパン
19 (水)	白がゆ ツナとキャベツの煮物	米・里芋	ツナ	玉ネギ・人参・ほうれん草 キャベツ	みかん缶
20 (木)	白がゆ なすとさつま芋の煮物	米・さつま芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・なす・白菜	マンナ
21 (金)	白がゆ 白身魚の洋風煮	米	白身魚	玉ネギ・人参・パプリカ ブロッコリー	かぼちゃボーロ
22 (土)	南瓜のおじや	米	しらす	玉ネギ・人参・チンゲン菜 南瓜	ぱりんこ
24 (月)	白がゆ 味噌煮込みうどん	米・うどん	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・白菜・大根	ゼリー
25 (火)	白がゆ ポトフ	米・じゃが芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・ブロッコリー キャベツ	ベイクドポテト
26 (水)	白がゆ 鮭のあんかけ	米	鮭・豆腐	玉ネギ・人参・ほうれん草 大根	ウエハース
27 (木)	白がゆ 冬瓜そぼろ煮	米・里芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・冬瓜	パン
28 (金)	白がゆ さつま芋の味噌汁	米・さつま芋	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・チンゲン菜	バナナ
29 (土)	洋風おじや	米	ツナ	玉ネギ・人参・ほうれん草	ハイハイ
31 (月)	白がゆ 肉団子のトマトスープ	米・じゃが芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ブロッコリー トマト	ゼリー

※ 紀の川農園の無農薬のお米を使っています

