

初期

2022年 8月 離乳食献立表

栄養士 水田清美  
立案者 水田清美

		1週目		2週目		3週目		4週目		5週目					
月	1	つぶしがゆ 野菜ペースト	さつま芋 ほうれん草	8	つぶしがゆ 野菜ペースト	さつま芋 人参	15	つぶしがゆ 野菜ペースト	南瓜 じゃが芋	22	つぶしがゆ 野菜ペースト	人参 じゃが芋	29	つぶしがゆ 野菜ペースト	南瓜 人参
火	2	つぶしがゆ 野菜ペースト	じゃが芋 南瓜	9	つぶしがゆ 野菜ペースト	じゃが芋 南瓜	16	つぶしがゆ 野菜ペースト	さつま芋 ほうれん草	23	つぶしがゆ 野菜ペースト	南瓜 大根	30	つぶしがゆ 野菜ペースト	大根 ほうれん草
水	3	つぶしがゆ 野菜ペースト	大根 ほうれん草	10	つぶしがゆ 野菜ペースト	大根 ほうれん草	17	つぶしがゆ 野菜ペースト	じゃが芋 南瓜	24	つぶしがゆ 野菜ペースト	じゃが芋 ほうれん草	31	つぶしがゆ 野菜ペースト	じゃが芋 南瓜
木	4	つぶしがゆ 野菜ペースト	さつま芋 人参	11	つぶしがゆ 野菜ペースト	さつま芋 南瓜	18	つぶしがゆ 野菜ペースト	大根 ほうれん草	25	つぶしがゆ 野菜ペースト	さつま芋 南瓜			
金	5	つぶしがゆ 野菜ペースト	じゃが芋 南瓜	12	つぶしがゆ 野菜ペースト	大根 人参	19	つぶしがゆ 野菜ペースト	じゃが芋 人参	26	つぶしがゆ 野菜ペースト	大根 ほうれん草			
土	6	つぶしがゆ 野菜ペースト	大根 人参	13	つぶしがゆ 野菜ペースト	じゃが芋 南瓜	20	つぶしがゆ 野菜ペースト	大根 ほうれん草	27	つぶしがゆ 野菜ペースト	さつま芋 人参			



中期

後期

# 2022年 8月 離乳食献立表

栄養士 水田清美  
立案者 水田清美

		1週目		2週目		3週目		4週目		5週目					
月	1	おかゆ 鶏肉の煮物 すまし汁	鶏肉 玉葱 人参 いんげん 大根 人参	8	おかゆ 鶏肉の煮物 すまし汁	鶏肉 玉葱 人参 いんげん キャベツ 玉葱	15	野菜粥	たんぱく質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	22	おかゆ 鶏肉の煮物 すまし汁	鶏肉 玉葱 人参 いんげん 玉葱 人参	29	おかゆ 鶏肉の煮物 すまし汁	鶏肉 玉葱 人参 いんげん キャベツ 人参
火	2	おかゆ カレイの煮物 味噌汁	かれい 玉葱 人参 ブロッコリー キャベツ 小松菜	9	おかゆ カレイの煮物 味噌汁	カレイ玉葱 人参 ブロッコリー 大根 人参	16	野菜粥	たんぱく質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	23	おかゆ 鶏団子の煮物 味噌汁	ミンチ 玉葱 人参 ブロッコリー 豆腐 人参	30	おかゆ カレイの煮物 味噌汁	カレイ 玉葱 人参 ブロッコリー 大根 小松菜
水	3	おかゆ 鶏団子の煮物 すまし汁	ミンチ 玉葱 人参 いんげん ほうれん草 玉葱	10	おかゆ ハンバーグ すまし汁	ミンチ 玉葱 ブロッコリー 豆腐 ほうれん草	17	野菜粥	たんぱく質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	24	おかゆ カレイの煮物 味噌汁	カレイ 玉葱 人参 いんげん じゃが芋 キャベツ	31	おかゆ 鶏団子の煮物 すまし汁	ミンチ 玉葱 人参 いんげん キャベツ 人参
木	4	おかゆ カレイの煮物 味噌汁	かれい 玉葱 人参 ブロッコリー じゃが芋 小松菜	11	お休み		18	野菜粥	たんぱく質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	25	おかゆ ハンバーグ すまし汁	ミンチ 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参			
金	5	おかゆ ハンバーグ 味噌汁	ミンチ 玉葱 ブロッコリー 豆腐 南瓜	12	野菜粥	たんぱく質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	19	野菜粥	たんぱく質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	26	おかゆ 鶏肉の煮物 味噌汁	鶏肉 玉葱 人参 いんげん キャベツ 小松菜			
土	6	野菜粥	たんぱく質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	13	野菜粥	たんぱく質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	20	野菜粥	たんぱく質 1種類 野菜 4種類 炭水化物 2種類	27	野菜粥	たんぱく質 1種類 野菜 4種類 炭水化物2種類			

