

2023年9月 離乳食献立表

	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
1日 15日 (金)		お粥 たい、ほうれん草、人参煮 だしスープ (白菜) バナナ	軟飯 (お粥+軟飯) たい、ほうれん草煮 もやし、しめじ、人参のおかか和え (醤油) みそ汁 (白菜) バナナ	軟飯 マーボー豆腐 (しょうが抜き) ナムル 中華スープ バナナ
		おじゃ (玉ねぎ、人参) さつま芋、小松菜煮	おじゃ (玉ねぎ、人参) さつま芋、小松菜煮	スイートポテト 牛乳
2日 16日 (土)		お粥 豆腐、かぼちゃ、ほうれん草煮 だしスープ (玉ねぎ、人参) オレンジ	軟飯 (お粥+軟飯) 豆腐、かぼちゃ、ほうれん草煮 すまし汁 (玉ねぎ、人参) オレンジ	軟飯 豚肉と野菜のバター醤油炒め ブロッコリーサラダ (コーン抜き) みそ汁 オレンジ
		にゅうめん (キャベツ、人参) ブロッコリー、玉ねぎ煮	にゅうめん (キャベツ、人参) ブロッコリー、玉ねぎ煮	バナナケーキ (スキムミルク抜き) 牛乳
4日 (月)		お粥 鶏ささみ、小松菜、人参煮 だしスープ (なす、玉ねぎ) 煮りんご	軟飯 (お粥+軟飯) 鶏肉、人参煮 小松菜、えのき、まいたけ、しめじ和え (みそ) すまし汁 (なす、玉ねぎ) 煮りんご	さつま芋軟飯 鶏肉ときのこのおろし煮 キャベツのしらす和え みそ汁 煮りんご
		しらす粥 (大根) キャベツ、人参煮	しらす粥 (大根) キャベツ、人参煮	梨ゼリー 牛乳
5日 19日 (火)		パン粥 (調整粉乳) 高野豆腐、白菜、人参煮 だしスープ (ほうれん草、玉ねぎ) バナナ	スティック食パン 豚挽肉、白菜煮 マカロニサラダ (人参、醤油) だしスープ (ほうれん草、玉ねぎ) バナナ	ロールパン カボチャのミート焼き マカロニサラダ コンソメスープ (ほうれん草) (クリームコーン缶・生クリーム抜) バナナ
		おじゃ (ブロッコリー、人参) かぼちゃ、きゅうり煮	おじゃ (ひじき、ブロッコリー、人参) かぼちゃ、きゅうり煮	ひじきおにぎり 麦茶
6日 20日 (水)		お粥 カレイ、小松菜、人参煮 だしスープ (大根) ヨーグルト	軟飯 (お粥+軟飯) カレイ、小松菜、人参煮 みそ汁 (大根、万能ねぎ) ヨーグルト	軟飯 カレイのねぎ味噌焼き (いわし⇨カレイ) 大根の煮物 (さつま揚げ抜き) みそ汁 ヨーグルト (パイン缶抜き)
		おじゃ (ほうれん草、玉ねぎ) じゃが芋、人参煮	おじゃ (ほうれん草、玉ねぎ) じゃが芋、人参煮	じゃがバター 牛乳
7日 21日 (木)		お粥 豆腐、ブロッコリー、人参煮 だしスープ (白菜、玉ねぎ) オレンジ	軟飯 (お粥+軟飯) 豆腐、ブロッコリー、人参煮 すまし汁 (白菜、玉ねぎ) オレンジ	ポークカレー ほうれん草とウィンナーソテー (コーン抜き) コンソメスープ オレンジ
		パン粥 (調整粉乳) きゅうり、ほうれん草、人参煮	スティック食パン きゅうり、ほうれん草、人参煮	いちごジャムサンド 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。

2023年9月 離乳食献立表

	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
8日 22日 (金)		うどん(鶏ささみ,チンゲン菜,玉ねぎ,みそ) さつまい,ブロッコリー,人参煮 バナナ	うどん(鶏ささみ,チンゲン菜,玉ねぎ,みそ) さつまい,ブロッコリー,人参煮 バナナ	肉みそうどん(にんにく・しょうが抜き) 厚揚げとさつまいの甘辛炒め わかめスープ バナナ
		しらす粥(人参) 小松菜,玉ねぎ煮	しらす粥(人参) 小松菜,玉ねぎ煮	8日 しらすおにぎり(ゆかり抜き)・麦茶 22日 かぼちゃのモンブラン(生クリーム抜き) 牛乳
9日 30日 (土)		お粥 ツナ,白菜,人参煮 だしスープ(かぼちゃ,玉ねぎ) 煮りんご	軟飯(お粥+軟飯) ツナ,白菜,人参煮 すまし汁(かぼちゃ,玉ねぎ) 煮りんご	軟飯 鶏肉と根菜の旨煮(れんこん抜き) 小松菜とツナサラダ(コーン抜き) みそ汁 煮りんご
		おじゃ(小松菜,玉ねぎ) 大根,人参煮	おじゃ(小松菜,玉ねぎ) 大根,人参煮	クッキー 牛乳
11日 25日 (月)		お粥 カレイ,じゃが芋,人参煮 だしスープ(ほうれん草,玉ねぎ) オレンジ	軟飯(お粥+軟飯) カレイ,じゃが芋煮 ひじき,えのき,人参煮(醤油) みそ汁(ほうれん草,玉ねぎ) オレンジ	軟飯 カレイのポテトマヨ焼き ひじきサラダ(コーン抜き) みそ汁 オレンジ
		パン粥(調整粉乳) きゅうり,人参,ブロッコリー煮	スティック食パン きゅうり,人参,ブロッコリー煮	きなこ蒸しパン(抹茶→きなこ) 牛乳
12日 26日 (火)		お粥 しらす,小松菜,人参煮 だしスープ(キャベツ) バナナ	軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉,人参煮 納豆和え(小松菜,醤油) みそ汁(キャベツ) バナナ	軟飯 鶏肉の甘辛煮(揚げ→焼き) しらす納豆和え みそ汁 バナナ
		おじゃ(玉ねぎ,人参) 大根,ほうれん草煮	おじゃ(玉ねぎ,人参) 大根,ほうれん草煮	カレービーフソテー(ベーコン抜き) 牛乳
13日 27日 (水)		お粥 豆腐,ブロッコリー,人参煮 だしスープ(大根,ほうれん草) 煮梨	軟飯(お粥+軟飯) 豚肉,大根煮 ブロッコリー,人参おかか和え(醤油) すまし汁(ほうれん草,長ネギ) 煮梨	軟飯 豚肉のしぐれ煮(ごぼう・しょうが抜き) ツナサラダ(切干大根→大根・コーン抜き) みそ汁(なめこ抜き) 煮梨
		ツナ粥(人参) トマト,玉ねぎ煮	ツナ粥(人参) トマト,玉ねぎ煮	みかん牛乳寒天 牛乳
14日 28日 (木)		にゅうめん(ほうれん草,玉ねぎ,醤油) しらす,かぼちゃ,ブロッコリー煮 煮りんご	和風パスタ(鮭,ほうれん草,玉ねぎ,醤油) かぼちゃ,ブロッコリーのきなこ煮 だしスープ(大根,しめじ) 煮りんご	さけのクリームパスタ ブロッコリーサラダ コンソメスープ(ベーコン抜き) 煮りんご
		おじゃ(小松菜,玉ねぎ) キャベツ,人参煮	おじゃ(小松菜,玉ねぎ) キャベツ,人参煮	おかかおにぎり(塩昆布抜き) 麦茶
29日 (金)		お粥 鶏ささみ,きゅうり,人参煮 だしスープ(玉ねぎ,白菜) バナナ	軟飯(お粥+軟飯) 鶏ささみ,きゅうり,人参煮 みそ汁(玉ねぎ,白菜) バナナ	軟飯 お月見ハンバーグ(合挽肉→豚挽肉) 白菜とりんごのサラダ(煮りんご) みそ汁 バナナ
		パン粥(さつまい,調整粉乳) 小松菜,人参煮	スティック食パン さつまい,小松菜,人参煮	うさぎまんじゅう 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。