

9 月離乳食献立表(後期食)

日にち	曜日	午前		午後	
		献立	主な食材	献立	主な食材
1・29	月	粥 肉団子のみそ煮 じゃがいもの煮物 人参と小松菜の煮物 すまし汁(きやべつ・なす)	米 豚ひき肉、鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、みそ、片栗粉 じゃがいも、みそ、片栗粉 人参、小松菜、塩、片栗粉 きやべつ、なす、塩、しょうゆ	粥 魚の野菜あんかけ ゆでブロッコリー くだもの みそ汁(豆腐・わかめ)	米 白身魚、玉ねぎ、人参、しょうゆ、片栗粉 ブロッコリー、塩 豆腐、わかめ、みそ
2・16・30	火	粥 魚の煮物 人参のしょうゆ煮 きゅうりとわかめの煮物 みそ汁(鮭・ねぎ)	米 白身魚、塩、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 きゅうり、わかめ、塩、片栗粉 鮭、ねぎ、みそ	粥 豆腐のしらすあんかけ かぼちゃの煮物 くだもの すまし汁(玉ねぎ・きやべつ)	米 豆腐、しらす、しょうゆ、片栗粉 かぼちゃ 玉ねぎ、きやべつ、塩、しょうゆ
3・17	水	煮込みうどん 鶏団子の煮物 きゅうりと人参のコロコロ煮	乾うどん、人参、玉ねぎ、しょうゆ 鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、しょうゆ、片栗粉 きゅうり、人参、塩、片栗粉	粥 魚のトマト煮 人参のしょうゆ煮 くだもの みそ汁(きやべつ・ねぎ)	白身魚、トマト、塩、片栗粉 人参、しょうゆ きやべつ、ねぎ、みそ
4・18	木	粥 魚の煮物 高野豆腐の煮物 三色煮 みそ汁(ほうれん草・きやべつ)	米 白身魚、塩、片栗粉 高野豆腐、しょうゆ、片栗粉 もやし、きゅうり、人参、塩、片栗粉 ほうれん草、きやべつ、みそ	粥 ひき肉と人参の煮物 かぼちゃの煮物 くだもの みそ汁(玉ねぎ・鮭)	米 鶏ひき肉、人参、しょうゆ、片栗粉 かぼちゃ 玉ねぎ、鮭、みそ
5・19	金	粥 ひき肉と野菜の煮物 金時豆の煮物 きやべつと人参の煮物 スープ(わかめ・じゃがいも)	米 豚ひき肉、玉ねぎ、人参、みそ、片栗粉 金時豆、砂糖、しょうゆ きやべつ、人参、塩、片栗粉 わかめ、じゃがいも、塩	粥 魚のみそ煮 ゆでブロッコリー くだもの すまし汁(きやべつ・人参)	米 白身魚、みそ、片栗粉 ブロッコリー、塩 きやべつ、人参、塩
6・20	土	粥 豆腐のしらすあん かぼちゃの煮物 ほうれん草ときやべつの煮物 スープ(人参・もやし)	豆腐、しらす、みそ、片栗粉 かぼちゃ ほうれん草、きやべつ、塩、しょうゆ、片栗粉 人参、もやし、塩	粥 魚の青のり煮 じゃがいもの煮物 くだもの みそ汁(わかめ・玉ねぎ)	米 白身魚、青のり、塩、片栗粉 じゃがいも、塩 わかめ、たまねぎ、みそ
8・22	月	粥 肉団子の煮物 じゃがいもの青のり煮 春雨と野菜の煮物 みそ汁(きやべつ・わかめ)	米 豚ひき肉、鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、青のり、塩 春雨、きゅうり、人参、塩、片栗粉 きやべつ、わかめ、みそ	粥 豆腐の青菜あんかけ かぼちゃの煮物 くだもの すまし汁(玉ねぎ・人参)	米 豆腐、ほうれん草、しょうゆ、片栗粉 かぼちゃ 玉ねぎ、人参、塩、しょうゆ
9	火	うどんミートソース ぶどう豆 三色煮 スープ(小松菜・玉ねぎ)	乾うどん、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、トマトピューレ、塩、片栗粉 大豆、干しぶどう、砂糖 きやべつ、きゅうり、人参、塩、片栗粉 小松菜、玉ねぎ、塩	粥 魚の人参あんかけ さつまいもの煮物 くだもの みそ汁(きやべつ・玉ねぎ)	米 白身魚、人参、しょうゆ、片栗粉 さつまいも きやべつ、玉ねぎ、みそ
10・24	水	粥 魚のみそ煮 きやべつとなすの煮物 じゃがいもの煮物 すまし汁(人参・豆腐)	米 白身魚、みそ、片栗粉 きやべつ、なす、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、塩 人参、豆腐、塩、しょうゆ	粥 和風ハンバーグ 人参のみそ煮 くだもの スープ(わかめ・ねぎ)	米 豚ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、しょうゆ、片栗粉 人参、みそ わかめ、ねぎ、塩
11	木	粥 鶏団子の煮物 さつまいもの煮物 ほうれん草ときやべつの煮物 みそ汁(玉ねぎ・人参)	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、しょうゆ、片栗粉 さつまいも ほうれん草、きやべつ、塩、片栗粉 玉ねぎ、人参、みそ	粥 魚の煮物 かぼちゃの煮物 くだもの みそ汁(もやし・きやべつ)	米 白身魚、塩、片栗粉 かぼちゃ もやし、きやべつ、みそ
12・26	金	納豆粥 鮭の煮物 里芋の煮物 三色煮 みそ汁(小松菜・ねぎ)	米、ひきわり納豆、しょうゆ 鮭、塩、片栗粉 里芋、しょうゆ、片栗粉 きやべつ、きゅうり、人参、塩、片栗粉 小松菜、ねぎ、みそ	みそ煮込みうどん 鶏団子の煮物 ゆでブロッコリー くだもの	乾うどん、きやべつ、人参、わかめ、みそ 鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、しょうゆ、片栗粉 ブロッコリー、塩
13・27	土	粥 豆腐のそぼろあんかけ 人参のしょうゆ煮 きやべつともやしの煮物 すまし汁(玉ねぎ・鮭)	米 豆腐、鶏ひき肉、みそ、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 きやべつ、玉ねぎ、塩、片栗粉 玉ねぎ、鮭、塩、しょうゆ	粥 魚の煮物 かぼちゃの煮物 くだもの みそ汁(じゃがいも・人参)	米 白身魚、しょうゆ、片栗粉 かぼちゃ じゃがいも、人参、みそ
25	木	あけぼの粥 鶏団子の青のり煮 さつまいもの煮物 きゅうりと人参のコロコロ煮 スープ(玉ねぎ・もやし) バナナ	米、人参 鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、青のり、しょうゆ、片栗粉 さつまいも きゅうり、人参、塩、片栗粉 玉ねぎ、もやし、塩 バナナ	粥 魚の煮物 かぶの煮物 くだもの みそ汁(もやし・きやべつ)	米 白身魚、塩、片栗粉 かぶ、しょうゆ もやし、きやべつ、みそ

📅 今月の誕生会は25日(木)です📅

※献立は材料の都合により変わることがあります。