

2026 年度

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 ・ 15 ・ 29	火	硬粥 魚の煮物 五目豆 さつまいもと玉ねぎのすまし汁	米 カレイ・醤油・片栗粉 大豆・豆腐・人参・じゃがいも・大根・醤油・片栗粉 さつまいも・玉ねぎ・醤油・塩・片栗粉	煮込みうどん 豚ひき肉と玉ねぎの煮物 茹でブロッコリー くだもの	うどん・ほうれん草・人参・みそ 豚ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 ブロッコリー・塩
2 ・ 16 ・ 30	水	納豆粥（30日：硬粥） 鶏団子の煮物 ひじきの煮物 もやしときゃべつの煮物 豚汁	米・納豆・醤油 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・醤油・片栗粉 ひじき・人参・醤油・片栗粉 もやし・きゃべつ・塩・片栗粉 豚ひき肉・人参・じゃがいも・大根・ねぎ・みそ	硬粥 鮭のわかめ煮 じゃがいものみそ煮 くだもの 人参ともやしのすまし汁	米 鮭・わかめ・醤油・片栗粉 じゃがいも・みそ 人参・もやし・醤油・塩
3 ・ 17 ・	木	硬粥 魚の煮物 冬瓜のそぼろ煮 きゅうりと人参のスティック煮 茄子と玉ねぎのすまし汁	米 カレイ・醤油・片栗粉 冬瓜・鶏ひき肉・醤油・片栗粉 きゅうり・人参・塩 茄子・玉ねぎ・醤油・塩	硬粥 つくねの小判煮 かぼちゃの煮物 くだもの 冬瓜と麩のみそ汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・醤油・片栗粉 かぼちゃ 冬瓜・麩・みそ
4 ・ 18 ・	金	ミートソースうどん ぶどう豆 わかめ煮 きゃべつと麩のスープ	うどん・玉ねぎ・人参・茄子・トマトピューレ・片栗粉 大豆・レーズン・砂糖・醤油 わかめ・ズッキーニ・塩・片栗粉 きゃべつ・麩・塩	硬粥 魚の煮物 人参の煮物 くだもの きゃべつと玉ねぎのすまし汁	米 カレイ・醤油・片栗粉 人参・みそ きゃべつ・玉ねぎ・醤油・塩
5 ・ 19 ・	土	硬粥 豚ひき肉と玉ねぎの煮物 人参のみそ煮 もやしときゃべつの煮物 小松菜と豆腐のみそ汁	米 豚ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 人参・みそ もやし・きゃべつ・塩・片栗粉 小松菜・豆腐・みそ	二色丼 じゃがいもの煮物 くだもの 小松菜と玉ねぎのみそ汁	米・豚ひき肉・ほうれん草・醤油・塩・片栗粉 じゃがいも・塩 小松菜・玉ねぎ・みそ
7 ・ ・	月	硬粥 鮭の野菜煮 かぼちゃの煮物 きゅうりと人参のスティック煮 小松菜ともやしのみそ汁	米 鮭・きゃべつ・玉ねぎ・みそ・片栗粉 かぼちゃ きゅうり・人参・塩・片栗粉 小松菜・もやし・みそ	硬粥 さつまいもの煮物 くだもの かぼちゃとねぎのすまし汁	米 さつまいも かぼちゃ・ねぎ・醤油・塩
8 ・ ・	火	硬粥 豆腐の煮物 茄子ときゃべつの煮物 もやしと人参の煮物 わかめとほうれん草のすまし汁	米 豆腐・醤油・片栗粉 茄子・きゃべつ・みそ・片栗粉 もやし・人参・塩・片栗粉 わかめ・ほうれん草・醤油・塩	硬粥 魚の青のり煮 大根の煮物 くだもの 茄子と玉ねぎのみそ汁	米 カレイ・青のり・塩・片栗粉 大根・醤油・片栗粉 茄子・玉ねぎ・みそ
9 ・ ・	水	硬粥 魚の煮物 人参の煮物 きゃべつとほうれん草の煮物 玉ねぎと麩のみそ汁	米 カレイ・醤油・片栗粉 人参・醤油 きゃべつ・ほうれん草・塩・片栗粉 玉ねぎ・麩・みそ	硬粥 鶏団子のトマト煮 じゃがいもの煮物 くだもの ほうれん草と人参のすまし汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・トマトピューレ・片栗粉 じゃがいも・塩 ほうれん草・人参・醤油・塩
10 ・ ・	木	硬粥 豚ひき肉と秋野菜のミルク煮 金時豆の煮物 きゃべつと人参の煮物 玉ねぎとじゃがいものスープ	米 豚ひき肉・さつまいも・かぼちゃ・玉ねぎ・牛乳・塩・片栗粉 金時豆・砂糖・醤油 きゃべつ・人参・醤油・片栗粉 玉ねぎ・じゃがいも・塩	硬粥 鮭のみそ煮 里芋の煮物 くだもの 豆腐とねぎのみそ汁	米 鮭・みそ・片栗粉 里芋・醤油 豆腐・ねぎ・みそ
11 ・ 25 ・	金	煮込みうどん 鶏団子の煮物 レタス煮	うどん・玉ねぎ・きゃべつ・醤油・塩 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・醤油・片栗粉 レタス・きゅうり・塩・片栗粉	硬粥 鶏ひき肉と玉ねぎの煮物 人参の煮物 くだもの レタスとわかめのすまし汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ・みそ・片栗粉 人参・醤油・片栗粉 レタス・わかめ・醤油・塩
12 ・ 26 ・	土	豚あんかけ丼 ブロッコリーの煮物 きゃべつの青のり煮 もやしとじゃがいものすまし汁	米・豚ひき肉・人参・玉ねぎ・醤油・片栗粉 ブロッコリー・塩 きゃべつ・青のり・塩・片栗粉 もやし・じゃがいも・醤油・塩	青のり粥 鶏団子の煮物 さつまいものレーズン煮 くだもの もやしときゃべつのみそ汁	米・青のり 鶏ひき肉・玉ねぎ・豆腐・パン粉・醤油・片栗粉 さつまいも・レーズン・醤油 もやし・きゃべつ・みそ
14 ・ 28 ・	月	豚丼 高野豆腐の煮物 きゃべつときゅうりの煮物 ねぎと玉ねぎのみそ汁	米・豚ひき肉・玉ねぎ・醤油・片栗粉 高野豆腐・・醤油・片栗粉 きゃべつ・きゅうり・塩・片栗粉 ねぎ・玉ねぎ・みそ	硬粥 魚の煮物 かぼちゃの煮物 くだもの 大根とねぎのみそ汁	米 カレイ・醤油・片栗粉 かぼちゃ 大根・ねぎ・みそ
24	木	あけぼの粥 ハンバーグ さつまいもの煮物 春雨ときゅうりの煮物 人参と玉ねぎのスープ・バナナ	米・人参 豚ひき肉・玉ねぎ・パン粉・豆腐・トマトピューレ・片栗粉 さつまいも 春雨・きゅうり・塩・片栗粉 人参・玉ねぎ・塩/バナナ	硬粥 鮭のみそ煮 里芋の煮物 くだもの 豆腐とねぎのみそ汁	米 鮭・みそ・片栗粉 里芋・醤油 豆腐・ねぎ・みそ

お粥の水分量はこどもの状況に合わせて対応いたします。

📅 今月の誕生会は24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。