

2023年

9月

## 離乳食献立

日付	完了期	後期	中期	初期
1 金	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレイのごま照り焼き ごはん ジャーマンポテト バナナ なすと油揚げのみそ汁	5倍粥 カレイ煮 マッシュポテト なすのみそ汁	7倍粥 カレイ煮 じやがいもと人参煮 なすのみそ汁	10倍粥 カレイ煮 じやがいもと人参煮
2 土	牛乳 クッキー	バナナきな粉 ビスケット	バナナきな粉粥	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	ひき肉チャーハン 野菜スープ ブロッコリーとツナのサラダ もも	しらすと野菜粥 野菜スープ ブロッコリーと人参和え	しらすと野菜粥 野菜スープ ブロッコリーと人参煮	10倍粥 ブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮
4 月	牛乳 いちごジャム蒸しパン	野菜リング おせんべい	野菜リング おせんべい	
	麦茶 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレーライス 牛乳 カミカミサラダ パイン	5倍粥 柔らか肉じやが スティックきゅうり・人参 ほうれん草のスープ	7倍粥 柔らか肉じやが かぼちゃ煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 人参煮 じやがいもとほうれん草煮
5 火	麦茶 ヨーグルト ウエハース	ヨーグルト ウエハース	ヨーグルト おせんべい	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	三色丼 ひじきとキャベツのサラダ 豆腐と油揚げのみそ汁 バナナ	三色粥 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁 バナナ	三色粥 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁 バナナ	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリーと人参煮
6 水	牛乳 彩りそうめん	野菜そうめん	野菜そうめん	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	豚肉のみそ焼き ごはん オクラの納豆和え けんちん汁 ミカん	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参和え 野菜のすまし汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ブロッコリーと人参煮 野菜のすまし汁	10倍粥 ほうれん草煮 かぼちゃの白和え
7 木	牛乳 チヂミ	野菜おやき	野菜煮	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏肉と青のり焼き ごはん ブロッコリーと人参の昆布和え ほうれん草ともやしのみそ汁 もも	5倍粥 しらすと野菜煮 かぼちゃ煮 ほうれん草のみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 かぼちゃ煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 しらす煮 ほうれん草と人参煮
8 金	牛乳 マカロニきな粉	マカロニきな粉	マカロニのミルク煮	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	切り干し大根のハンバーグ ごはん ほうれん草とトマトのツナサラダ パイン 高野豆腐としめじのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草と人参和え 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草と人参煮 玉ねぎのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 人参の白和え
9 土	牛乳 パンケーキ	ひとロパン	パン粥	
	牛乳 ウエハース	ウエハース	おせんべい	
	焼きそば ひじきの白和え 中華スープ バナナ	鶏ひき肉と野菜粥 バナナ ブロッコリーの白和え ほうれん草のスープ	鶏ひき肉と野菜粥 バナナ ブロッコリーの白和え ほうれん草のスープ	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリーと人参煮
11 月	牛乳 鶏そぼろおにぎり	野菜おじや	野菜おじや	
	麦茶 クリームサンドビスケット	おせんべい	おせんべい	
	肉じやが ごはん マカロニサラダ もも 豆腐となめこのみそ汁	5倍粥 柔らか肉じやが マカロニサラダ 豆腐のみそ汁	7倍粥 柔らか肉じやが かぼちゃ煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 人参煮 かぼちゃの白和え
12 火	麦茶 ヨーグルト 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	
	牛乳 クラッカー	ビスケット	おせんべい	
	ミートソーススペゲティー みかん キャベツのゆかり和え ほうれん草とコーンのスープ	ミートソーススペゲティー キャベツと人参和え ほうれん草のスープ	7倍粥 鶏ひき肉のトマト煮 キャベツの人参煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草と人参煮
13 水	牛乳 おかかおにぎり	野菜おじや	野菜おじや	
	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレイ煮 ごはん ほうれん草と人参のおかか和え なすと玉ねぎのみそ汁 パイン	5倍粥 カレイ煮 ほうれん草と人参和え なすと玉ねぎのみそ汁	7倍粥 カレイ煮 ほうれん草と人参煮 なすと玉ねぎのみそ汁	10倍粥 カレイ煮 ブロッコリーと人参煮
14 木	牛乳 りんごゼリー 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	タンドリーチキン ごはん ポテトサラダ もも キャベツともやしのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 マッシュポテト キャベツのみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 じやがいも煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 しらす煮 ほうれん草と人参煮
15 金	牛乳 ジャムサンド	ひとロパン	パン粥	
	麦茶 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	肉団子のスープ わかめごはん ブロッコリーと人参のごま和え バナナ	5倍粥 肉団子のスープ ブロッコリーと人参和え バナナ	7倍粥 肉団子のスープ ブロッコリーと人参煮 バナナ	10倍粥 ほうれん草煮 ブロッコリーの白和え
	牛乳 お好み焼き	野菜おやき	野菜煮	

16 土	牛乳 クラッcker	ビスケット	おせんべい	
	ビビンバ丼 切り干し大根のサラダ 豆腐とわかめのみそ汁 みかん	三色粥 かぼちゃ煮 豆腐のみそ汁	三色粥 かぼちゃ煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 かぼちゃ煮
	麦茶 コーンフレーク	ヨーグルト ウエハース	ヨーグルト 野菜リング	
19 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレイ煮 ごはん コールスローサラダ パイン 小松菜とえのきのみそ汁	5倍粥 カレイ煮 キャベツと人参和え 小松菜のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 キャベツと人参煮 小松菜のみそ汁	10倍粥 カレイ煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 冷やしたぬきうどん	野菜うどん	野菜うどん	
20 水	麦茶 ビスケット	おせんべい	おせんべい	
	豚丼 かぼちゃの煮つけ キャベツと油揚げのみそ汁 バナナ	鶏ひき肉と野菜粥 かぼちゃ煮 キャベツのみそ汁	鶏ひき肉と野菜粥 かぼちゃ煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 かぼちゃ煮 プロッコリーと人参煮
	牛乳 じやがいも煮	じやがいも煮	じやがいも煮	
21 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	肉豆腐 ごはん 春雨サラダ もも お麸とわかめのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と豆腐煮 スティックきゅうり・人参 お麸のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐煮 ほうれん草と人参煮 お麸のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ほうれん草と人参煮
	麦茶 レアヨーグルトケーキ	ヨーグルト 野菜リング	ヨーグルト 野菜リング	
22 金	麦茶 クリームサンドビスケット	ビスケット	おせんべい	
	スープスパゲティー みかん プロッコリーと人参のゆかり和え	スープスパゲティー プロッコリー一人参のおかか和え	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 プロッコリーと人参煮 ほうれん草のスープ	10倍粥 人参煮 プロッコリーとかぼちゃ煮
	牛乳 おはぎ	きな粉粥	きな粉粥	
25 月	牛乳 クラッcker	ビスケット	おせんべい	
	チキンカレーライス ちくわときゅうりの和え物 フルーツポンチ	5倍粥 柔らか肉じやが ステイックきゅうり・人参 玉ねぎのスープ	7倍粥 柔らか肉じやが ほうれん草と人参煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 人参煮 じやがいもとほうれん草煮
	牛乳 お麸ラスク	お麸ラスク	お麸のミルク煮	
26 火	麦茶 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
	ポークピーンズ ごはん 三色ナムル みかん お麸とほうれん草のみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と豆のトマト煮 ほうれん草と人参和え ほうれん草のみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と豆のトマト 煮 ほうれん草と人参煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 しらす煮 ほうれん草と人参煮
	牛乳 薄焼きピザ	野菜おやき	野菜煮	
27 水	牛乳 野菜リング	野菜リング	野菜リング	
	回鍋肉 ごはん スパゲティーサラダ パイン 春雨スープ	5倍粥 スパゲティーサラダ 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 野菜スープ	5倍粥 かぼちゃ煮 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 野菜スープ	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草とプロッコリー煮
	麦茶 フルーツパンケーキ	ひと口パン	パン粥	
28 木	麦茶 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	うさぎハンバーグ ごはん プロッコリーと人参のごま和え もも キャベツとえのきのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ プロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ プロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 プロッコリー煮 ほうれん草の白和え
	麦茶 豆乳プリン	きな粉ヨーグルト 野菜リング	きな粉ヨーグルト 野菜リング	
29 金	牛乳 ビスケット	ビスケット	ビスケット	
	鶏ひき肉と豆腐あんかけ丼 みかん ツナサラダ お麸とほうれん草のみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と豆腐煮 かぼちゃ煮 お麸とほうれん草のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐煮 かぼちゃ煮 お麸とほうれん草のみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 かぼちゃの白和え
	牛乳 ぶどうゼリー ビスケット	バナナ ビスケット	バナナ粥	
30 土	牛乳 クラッcker	ビスケット	おせんべい	
	ハムピラフ しゅうまい かぼちゃのサラダ パイン わかめスープ	しらすと野菜粥 かぼちゃのサラダ 玉ねぎのスープ	しらすと野菜粥 かぼちゃのサラダ 玉ねぎのスープ	10倍粥 しらす煮 プロッコリーと人参煮
	牛乳 野菜リング クリームサンドビスケット	野菜おやき	野菜煮	

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。その際は、玄関のホワイトボードにてお知らせします。

