

9月 離乳食献立表



菊野台かしのみ保育

	7・8か月頃		9～11か月頃				完了期 (12か月～)		
	午前食	食材	午前食	食材	午後食	食材	午前食	食材	おやつ
2(月)			おかゆ～軟飯 鶏ささみ甘辛煮 ココロ野菜 味噌汁	米 鶏ささみ・玉ねぎ 大根・人参・胡瓜 小松菜・冬瓜	マカロニきな粉 豆腐スープ	マカロニ・きな粉 豆腐・人参・キャベツ	軟飯 タンドリーチキン スティックサラダ 味噌汁		お好み焼き 豆腐スープ 豆腐・人参・キャベツ
3(火) ・ 17(火)	うどん柔らか煮 鶏挽肉ペースト マッシュ南瓜 スープ(汁のみ)		煮込みうどん 南瓜煮物	うどん・鶏挽肉・もやし 人参・チンゲン菜 南瓜	しらすがゆ 味噌汁	米・しらす干し 玉ねぎ・さやいんげん	あんかけ焼きそば 南瓜煮物 卵スープ		しらすがゆ 味噌汁 玉ねぎ・さやいんげん
4(水) ・ 18(水)	7倍がゆ 白身魚のペースト キャベツすり煮 スープ(汁のみ)	米 白身魚 キャベツ・人参・玉ねぎ	おかゆ～軟飯 煮魚 野菜ソテー 味噌汁	米 白身魚 キャベツ・人参・玉ねぎ 豆腐・万能ねぎ	人参ケーキ 豆乳スープ	ケーキMix粉・豆乳 人参 もやし・ピーマン・かぶ 豆乳	軟飯(麦入り) 鮭のちゃんちゃん焼き 胡瓜麩和え 味噌汁		マーブルビスケット 豆乳スープ もやし・ピーマン かぶ・豆乳
5(木)			パン 豆腐ステーキ スティック野菜 コーンスープ	食パン 豆腐 胡瓜・人参 コーン・玉ねぎ	小魚うどん なす味噌煮	うどん・人参・長ねぎ しめじ・しらす干し なす・玉ねぎ	バターロール 白身魚ケチャップ煮 わかめサラダ コーンスープ		こぎつねうどん なす味噌煮 なす・玉ねぎ
6(金) ・ 20(金)	7倍がゆ 肉じゃがペースト ほうれん草とじ煮 スープ(汁のみ)	米 鶏挽肉・じゃが芋・玉ねぎ ほうれん草・人参	おかゆ～軟飯 肉じゃが ほうれん草煮浸し 味噌煮	米 鶏挽肉・じゃが芋・玉ねぎ ほうれん草・人参 かぶ・かいわれ大根	きな粉蒸しパン トマトスープ	ケーキMix粉・豆乳 きな粉 トマト・ほうれん草	ミルクカレー かまぼこサラダ	牛乳	豆乳プリン お子様せんべい
7(土) ・ 21(土)	そぼろがゆ 人参つぶし煮 スープ(汁のみ)	米・鶏挽肉・さやいんげん 人参・胡瓜・キャベツ	そぼろがゆ ココロ野菜 味噌汁	米・鶏挽肉・さやいんげん 人参・胡瓜・キャベツ 玉ねぎ・なす	ホットケーキ キャベツスープ	ケーキMix粉・豆乳 キャベツ・人参	混ぜご飯 コーンサラダ 味噌汁		クリームパン キャベツスープ キャベツ・人参
9(月) ・ 30(月)	7倍がゆ 白身魚ペースト 胡瓜トマト煮 スープ(汁のみ)	米 白身魚 胡瓜・トマト	おかゆ～軟飯 煮魚 胡瓜トマト和え 味噌汁	米 白身魚 胡瓜・トマト 大根・こんにゃく・小松菜	スイートポテト オニオンスープ	さつま芋・豆乳 玉ねぎ・人参	蒲焼き丼 糸寒天サラダ 味噌汁	白身魚	さつま芋蒸しパン オニオンスープ 玉ねぎ・人参



7・8か月頃		9～11か月頃				完了期（12か月～）			
	午前食	食材	午前食	食材	午後食	食材	午前食	食材	おやつ
10(火) ・ 24(火)	うどん柔らか煮 鶏挽肉ペースト 冬瓜つぶし煮 スープ(汁のみ)	うどん 鶏挽肉・人参 冬瓜	もやしうどん 冬瓜の鶏そぼろ	うどん・もやし・人参 かいわれ大根 冬瓜・人参・鶏挽肉	小豆がゆ 味噌汁	米・小豆 トマト・なす	冷やし中華 冬瓜のそぼろ煮		おはぎ 味噌汁 トマト・なす
11(水) ・ 25(水)	7倍がゆ 豚挽肉ペースト 人参すり煮 スープ(汁のみ)	米 豚挽肉・キャベツ・ピーマン 人参	おかゆ～軟飯 回鍋肉 おくらの磯和え 味噌汁	米 豚挽肉・キャベツ・ピーマン おくら・人参・のり もやし・えのき茸	アップルケーキ 豆腐スープ	ケーキMix粉・りんご 豆乳 豆腐・キャベツ・人参	軟飯 回鍋肉 おくらの磯和え 味噌汁		アップルケーキ ケーキMix粉・りんご・豆乳 豆腐スープ 豆腐・キャベツ・人参
12(木) ・ 26(木)	パンがゆ 白身魚ペースト マッシュポテト トマトすり煮 スープ(汁のみ)	食パン 白身魚 じゃが芋 トマト	パン 茹で魚 マッシュポテト トマト 春雨スープ	食パン 白身魚 じゃが芋 トマト 春雨・チンゲン菜・人参	人参がゆ 肉団子スープ	米・人参 鶏挽肉・玉ねぎ わかめ・あられ麩	パン 魚のカレームニエル ジャーマンポテト トマトマリネ 春雨スープ		炊き込みごはん 味噌汁 わかめ・あられ麩
13(金) ・ 27(金)	7倍がゆ 鶏挽肉ペースト 胡瓜とじ煮 スープ(汁のみ)	米 鶏挽肉・玉ねぎ 胡瓜・人参	おかゆ～軟飯 チキンバーグ スティック野菜 味噌汁	米 鶏挽肉・玉ねぎ 胡瓜・人参 豆腐・小松菜	フレークがゆ ポテトスープ	コーンフレーク・豆乳 じゃが芋・しらす干し かいわれ大根	軟飯 カリカリチキン 切り干し大根サラダ 味噌汁		焼きドーナツ ポテトスープ じゃが芋・しらす干し かいわれ大根
14(土) ・ 28(土)	鶏そぼろがゆ 三色マッシュ スープ(汁のみ)	米・鶏挽肉・玉ねぎ ピーマン 胡瓜・人参・じゃが芋	鶏そぼろがゆ コロコロ野菜 キャベツスープ	米・鶏挽肉・玉ねぎ ピーマン 胡瓜・人参・じゃが芋 キャベツ・えのき茸	ホットケーキ キャロットスープ	ケーキMix粉・豆乳 人参・玉ねぎ	チキンライス コロコロサラダ キャベツスープ		あんぱん キャロットスープ 人参・玉ねぎ
19(木)	7倍がゆ 白身魚ペースト ブロッコリーとじ煮 スープ(汁のみ)	米 白身魚 ブロッコリー・人参・胡瓜	おかゆ～軟飯 茹で魚 ポイル野菜 オニオンスープ	米 白身魚 ブロッコリー・人参・胡瓜 玉ねぎ・マッシュルーム	スイートポテト 肉団子スープ	さつま芋・豆乳 鶏挽肉・玉ねぎ ピーマン・人参	カレーピラフ 焼きはんぺん ポイル野菜オーロラソースかけ オニオンスープ	はんぺん	モンブラン 肉団子スープ 鶏挽肉・玉ねぎ ピーマン・人参

※主食・主菜・副菜の分量については乳児食の8割からを目安としています。

※離乳食献立完了期の食材は乳幼児食と違うときのみ表示となります。なお、個別に配慮して内容を変更することがあります。

