

9月離乳食献立表

日	曜	離乳食中期・後期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	金	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ ブロッコリーの煮物	みそ 鱈	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 ブロッコリー
2	土	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 果物	みそ ささみ	米 片栗粉	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
4	月	お粥 みそ汁 ささみの野菜あんかけ 大根の煮物	みそ ささみ	米 片栗粉	人参 人参 大根 人参 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米	人参 大根 人参 大根
5	火	お粥 鱈の煮物 ほうれん草の煮物	みそ 豆腐 鱈	米 片栗粉	人参 人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参 人参 ほうれん草
6	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	みそ 卵	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 キャベツ
7	木	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ マッシュポテト	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
8	金	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ 人参煮	みそ 鱈	米 片栗粉	人参 人参	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
9	土	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 果物	みそ ささみ 粉ミルク	米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
11	月	お粥 みそ汁 ささみの煮物 キャベツの煮物	みそ ささみ	米 片栗粉	人参 人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 キャベツ
12	火	人参粥 みそ汁 ハンバーグ ほうれん草の煮物	みそ 鶏ひき肉	米 片栗粉 パン粉	人参 人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
13	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) 大根の煮物	みそ 卵	米 片栗粉	人参 人参 大根 人参 玉葱 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米	人参 大根 人参 大根
14	木	お粥 みそ汁 鱈の味噌煮 じゃが芋の煮物	みそ 鱈	米 じゃが芋 片栗粉 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 玉葱 人参
15	金	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 人参の煮物	みそ 鶏ひき肉 豆腐	米 片栗粉	人参 人参	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
16	土	お粥 みそ汁 肉じゃが みかん	みそ 鶏ひき肉	米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参 人参 玉葱 みかん	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
19	火	お粥 みそ汁 ささみの野菜あんかけ ほうれん草の煮物	みそ ささみ	米 じゃが芋 片栗粉	人参 人参 人参 ほうれん草 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 ほうれん草
20	水	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 大根の煮物	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米 片栗粉	人参 人参 大根 人参 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米	人参 大根 人参 大根
21	木	お粥 みそ汁 かぼちゃハンバーグ ブロッコリー煮	みそ 鶏ひき肉	米 片栗粉 パン粉	人参 人参 玉葱 人参 かぼちゃ 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 ブロッコリー
22	金	お粥 みそ汁 鱈の味噌あんかけ キャベツの煮物	みそ 鱈	米 じゃが芋 片栗粉	人参 人参 人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ
25	月	お粥 みそ汁 ささみの煮物 かぼちゃの煮物	みそ ささみ	米 片栗粉	人参 人参 玉葱 人参 かぼちゃ	お粥 みそ汁 かぼちゃの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 かぼちゃ
26	火	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参 バナナ	人参粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参
27	水	お粥 みそ汁 じゃが芋の小判焼き キャベツの煮物	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米 じゃが芋 片栗粉	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ
28	木	お粥 みそ汁 鱈のクリーム煮 じゃが芋の煮物	みそ 鱈 粉ミルク	米 じゃが芋	人参 人参 人参 玉葱 人参	お粥 味噌汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参
29	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	みそ 卵	米 片栗粉	人参 人参 大根 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 大根 人参 人参 人参 キャベツ
30	土	運動会							

※離乳食は無理に進めず、それぞれ個人の状態を見ながら進めていく。
※卵を、始めていない子に対しては、()内の献立で対応していく。