

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	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉	米 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
3	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	卵	米	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 キャベツ
4	火	お粥 みそ汁 鱈の味噌煮 ブロッコリー煮	鰯	米 片栗粉	人参 人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ 滑	米	人参 人参 人参 ブロッコリー
5	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ 南瓜煮	鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 玉葱 人参 南瓜	お粥 みそ汁 マッシュ南瓜	みそ	米	人参 玉葱 人参 南瓜
6	木	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 マッシュポテト	ささみ	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 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
7	金	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ ブロッコリー煮	鰯	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 人参 ブロッコリー
8	土	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 バナナ	ささみ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
10	月	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ マッシュポテト	鰯	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 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
11	火	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 人参煮	豆腐 鶏ひき肉	米 片栗粉	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 玉葱 人参
12	水	人参粥 みそ汁 肉団子 じゃが芋のクリーム煮	鶏ひき肉 豆腐 粉ミルク	米 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋のクリーム煮	みそ 粉ミルク	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参
13	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草煮	卵	米	人参 玉葱 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
14	金	お粥 みそ汁 鱈のピカタ ブロッコリー煮	鰯 卵黄	米 じゃが芋	人参 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 人参 ブロッコリー
15	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	豆腐 鶏ひき肉	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
18	火	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 キャベツの煮物	ささみ	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 人参 キャベツ
19	水	お粥 みそ汁 鱈のクリーム煮 ほうれん草煮	鰯 粉ミルク	米 片栗粉	人参 玉葱 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 ほうれん草
20	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	ささみ	米 片栗粉	人参 玉葱 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
21	金	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ ほうれん草煮	卵 豆腐 鶏ひき肉	米	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 ほうれん草
22	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 玉葱 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
25	火	お粥 みそ汁 肉団子のクリーム煮 バナナ	鶏ひき肉 粉ミルク	米 じゃが芋 片栗粉	人参 玉葱 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
26	水	お粥 みそ汁 ささみの味噌煮 南瓜煮	ささみ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 南瓜	お粥 みそ汁 南瓜の煮物	みそ	米	人参 人参 南瓜
27	木	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ キャベツの煮物	鰯	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 人参 キャベツ
28	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草煮	卵	米	人参 人参 大根 人参 玉葱 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 玉葱
29	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。