

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
2	月	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	ささみ みそ	米 片栗粉	人参 大根 人参 玉葱 バナナ	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
3	火	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 ブロッコリー煮	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米	人参 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
4	水	お粥 みそ汁 肉団子 キャベツの煮物	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋 じゃが芋	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	人参 人参
5	木	お粥 みそ汁 豆腐の野菜あんかけ 人参の煮物	みそ 豆腐	米 片栗粉	人参 人参 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ	米	人参 人参 人参
6	金	お粥 みそ汁 鮭のクリーム煮 じゃが芋の煮物	みそ 鮭 粉ミルク	米 じゃが芋	人参 人参 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
7	土	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 玉葱 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
9	月	お粥 みそ汁 豆腐の野菜あんかけ ほうれん草の煮物	みそ 豆腐	米 片栗粉	人参 人参 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
10	火	お粥 みそ汁 肉団子 キャベツの煮物	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ 豆腐	米	人参 人参 キャベツ
11	水	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 豆腐	米 じゃが芋	人参 人参 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
12	木	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 玉葱 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
13	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリー煮	みそ 卵	米	人参 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
14	土	お粥 みそ汁 ささみの煮物 人参の煮物	みそ ささみ	米 片栗粉	人参 人参 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
17	火	お粥 みそ汁 鮭のクリーム煮 ほうれん草の煮物	みそ 鮭 粉ミルク	米	人参 人参 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
18	水	お粥 みそ汁 肉団子 マッシュポテト	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 人参 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
19	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 じゃが芋の煮物	みそ ささみ	米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
20	金	お粥 みそ汁 鮭の野菜あんかけ 人参の煮物	みそ 鮭	米 片栗粉	人参 人参 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ	米	人参 人参
21	土	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 玉葱 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
24	火	お粥 みそ汁 鮭のクリーム煮 ほうれん草の煮物	みそ 鮭 粉ミルク	米	人参 人参 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
25	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 人参の煮物	みそ ささみ	米 じゃが芋 片栗粉	人参 人参 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
26	木	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 キャベツの煮物	みそ 豆腐 鮭 みそ	米	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	人参 人参
27	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) 人参の煮物	みそ 卵	米	人参 人参 人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
28	土	運 動 会							
30	月	お粥 みそ汁 鮭の野菜あんかけ キャベツの煮物	みそ じゃが芋 鮭	米 片栗粉	大根 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 大根 人参

※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。