



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	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	卵 みそ	米	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
2	水	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 ブロッコリーの煮物	鶏ひき肉 豆腐 みそ	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
3	木	お粥 みそ汁 鮭のクリーム煮 キャベツの煮物	鮭 粉ミルク みそ	米 じゃが芋	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
4	金	お粥 みそ汁 ハンバーグ ブロッコリーの煮物	鶏ひき肉 豆腐 みそ	米 じゃが芋	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
5	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	鶏ひき肉 豆腐 みそ	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
7	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マッシュポテト	卵 みそ	米 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
8	火	お粥 みそ汁 鮭の野菜あんかけ 南瓜煮	鮭 みそ	米	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
9	水	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 マッシュポテト	ささみ 豆腐 粉ミルク みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ 豆腐	米 じゃが芋	人参 人参
10	木	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 ほうれん草の煮物	鮭 みそ	米	人参 大根 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
11	金	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉 みそ	米 じゃが芋	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
12	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 オレンジ	鶏ひき肉 豆腐 みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
14	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マッシュポテト	卵 みそ	米 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
15	火	お粥 みそ汁 ささみの煮物 キャベツの煮物	ささみ みそ	米 片栗粉	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
16	水	人参粥 みそ汁 ハンバーグ ほうれん草の煮物	鶏ひき肉 みそ	米 じゃが芋	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
17	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) 茄子の煮物	卵 みそ	米 卵	人参 茄子	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
18	金	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 じゃが芋の煮物	鮭 みそ	米 片栗粉 じゃが芋	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
19	土	お粥 みそ汁 肉団子 バナナ	鶏ひき肉 みそ	米 じゃが芋	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
23	水	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 バナナ	ささみ 粉ミルク みそ	米 じゃが芋 片栗粉	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
24	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草の煮物	卵 みそ	米 卵	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	金	お粥 みそ汁 鮭の野菜あんかけ キャベツの煮物	鮭 みそ	米 じゃが芋	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
26	土	運 動 会							
28	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) 人参の煮物	卵 みそ	米 卵	人参 人参	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
29	火	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 ほうれん草の煮物	鶏ひき肉 豆腐 みそ	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	米	人参 人参 ほうれん草
30	水	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ じゃが芋の煮物	鶏ひき肉 豆腐 みそ	米 じゃが芋 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	人参 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。