



# 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:腸や胃の力となる	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:腸や胃の力となる
1	金	お粥 みそ汁 鮭の煮物 大根煮	鮭 みそ	米	人参 人参	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
2	土	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
4	月	お粥 みそ汁 ハンバーグ キャベツ煮	鶏ひき肉 みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ
5	火	お粥 みそ汁 ささみの煮物 ほうれん草煮	ささみ みそ	米	人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
6	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マッシュポテト	卵 みそ	米	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
7	木	お粥 みそ汁 鮭のケチャップ煮 ブロッコリー煮	鮭 みそ 豆腐	米	人参 人参	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	みそ	米	人参 人参 ブロッコリー
8	金	お粥 みそ汁 肉じゃが 大根煮	鶏ひき肉 みそ	米 じゃが芋	人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
9	土	お粥 みそ汁 豆腐煮 バナナ	豆腐 みそ	米	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参煮	みそ 豆腐	米	人参 人参
11	月	お粥 みそ汁 魚の煮物 じゃが芋煮	カレイ みそ	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
12	火	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 ブロッコリー煮	ささみ みそ	米	人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	みそ	米	人参 人参 ブロッコリー
13	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ キャベツ煮	鶏ひき肉 豆腐 みそ	米	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 キャベツ
14	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋煮	卵 みそ 豆腐	米 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
15	金	お粥 みそ汁 鮭の煮物 キャベツ煮	鮭 みそ 豆腐	米	人参 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
16	土	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 人参煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
19	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	卵 みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ
20	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 ブロッコリー煮	ささみ みそ 豆腐	米	人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	みそ	米	人参 人参 ブロッコリー
21	木	お粥 みそ汁 鮭の煮物 ほうれん草煮	鮭 みそ 豆腐	米	人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ 豆腐	米	人参 人参 ほうれん草
22	金	お粥 みそ汁 豆腐煮 じゃが芋煮	豆腐 みそ	米 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
25	月	お粥 みそ汁 鮭の煮物 人参煮	鮭 みそ	米	人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
26	火	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 バナナ	ささみ みそ	米	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
27	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ ほうれん草煮	鶏ひき肉 豆腐 みそ	米	人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
28	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) 大根煮	卵 みそ	米	人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
29	金	お粥 みそ汁 カレイの煮物 キャベツ煮	カレイ みそ	米	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 キャベツ
30	土	<b>運動会</b>							

※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。