



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 卵焼き(肉団子) じゃが芋煮	卵 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
3	火	お粥 みそ汁 鮭のケチャップ煮 ほうれん草煮	鮭 みそ	米 人参 ほうれん草	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 ほうれん草	人参 人参 ほうれん草
4	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 マッシュポテト	ささみ 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
5	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草煮	卵 みそ	米 人参 ほうれん草	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 ほうれん草	人参 人参 ほうれん草
6	金	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 ほうれん草	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 ほうれん草	人参 人参 ほうれん草
7	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 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 魚の煮物 じゃが芋煮	鮭 みそ 豆腐	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
10	火	お粥 みそ汁 ハンバーグ ブロッコリー煮	鶏ひき肉 みそ	米 人参 ブロッコリー	人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	みそ 豆腐	米 人参 ブロッコリー	人参 人参 ブロッコリー
11	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋煮	卵 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	木	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 キャベツ煮	ささみ みそ	米 人参 キャベツ	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米 人参 キャベツ	人参 人参 キャベツ
13	金	お粥 みそ汁 鮭の煮物 小松菜煮	鮭 みそ	米 人参 小松菜	人参 人参 小松菜	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米 人参 キャベツ	人参 人参 キャベツ
14	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 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
17	火	お粥 みそ汁 ハンバーグ 大根煮	鶏ひき肉 みそ 豆腐	米 人参 大根	人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ 豆腐	米 人参 大根	人参 人参 大根
18	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 茄子煮	ささみ みそ	米 人参 茄子	人参 人参 茄子	お粥 みそ汁 茄子煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 茄子
19	木	お粥 みそ汁 肉団子 バナナ	鶏ひき肉 みそ	米 じゃが芋	人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 人参
20	金	お粥 みそ汁 鮭の煮物 ほうれん草煮	鮭 みそ	米 人参 ほうれん草	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 ほうれん草	人参 人参 ほうれん草
21	土	お粥 みそ汁 豆腐煮 バナナ	豆腐 みそ 豆腐	米 人参 バナナ	人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐煮	みそ 豆腐	米 人参 豆腐	人参 人参
24	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	卵 みそ	米 人参 キャベツ	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米 人参 キャベツ	人参 人参 キャベツ
25	水	お粥 みそ汁 豆腐煮 ブロッコリー煮	豆腐 鶏ひき肉 みそ	米 人参 ブロッコリー	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 ブロッコリー	人参 人参 ブロッコリー
26	木	お粥 みそ汁 肉団子 ほうれん草煮	鶏ひき肉 豆腐 みそ	米 人参 ほうれん草	人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 豆腐煮	みそ 豆腐	米 人参 豆腐	人参 人参
27	金	お粥 みそ汁 鮭の煮物 キャベツ煮	鮭 みそ	米 人参 キャベツ	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米 人参 キャベツ	人参 人参 キャベツ
28	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	豆腐 鶏ひき肉 みそ	米 片栗粉	人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐煮	みそ 豆腐	米 人参 豆腐	人参 人参
30	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	卵 みそ	米 人参 キャベツ	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米 人参 キャベツ	人参 人参 キャベツ

※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、始めている子に対しては、()内の献立で対応していく。