



離乳食	曜日	後期(9～11ヶ月)		離乳食	曜日	後期(9～11ヶ月)	
		昼	使用食材一覧			昼	使用食材一覧
1	木	かゆ 鶏肉と小松菜のやわらか煮 白菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・味噌・大根・ソーメン	16	金	かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮 もやしと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・出し汁・もやし・人参・チンゲン菜・醤油・バナナ
2	金	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・人参・玉ねぎ・なす・味噌	17	土	かゆ 鶏肉のみそ煮 チンゲン菜のコーンと和え	おかゆ・鶏ささみ・キャベツ・味噌・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・チンゲン菜・コーン
3	土	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の煮物 ほうれん草のおかか和え	おかゆ・鶏ささみ・チンゲン菜・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・ほうれん草・コーン・かつお節	18	日	かゆ 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのサラダ	おかゆ・鶏ささみ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・トマトペースト・片栗粉・ブロッコリー・コーン・醤油
4	日	かゆ 鶏肉と玉ねぎの煮物 ほうれん草の和え物	おかゆ・鶏ささみ・玉ねぎ・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・ほうれん草・コーン	19	月	かゆ 鶏肉のトマト煮 野菜のだし煮	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・ほうれん草・玉ねぎ・人参・出し汁
5	月	かゆ 豆腐とスナップエンドウのみそ煮 玉ねぎとチンゲン菜ののり煮 すまし汁	おかゆ・豆腐・さつま芋・人参・スナップエンドウ・出し汁・味噌・玉ねぎ・チンゲン菜・片栗粉・花ふ・ワカメ・醤油	20	火	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・白菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・玉ねぎ・なす・味噌
6	火	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・白菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・玉ねぎ・なす・味噌	21	水	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 じゃが芋と人参のサラダ	おかゆ・鶏ささみ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・人参
7	水	鶏肉と野菜のわかめうどん かぼちゃのマッシュ	うどん・鶏肉・キャベツ・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ	22	木	かゆ 高野豆腐と玉ねぎののり煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・人参・さつま芋・味噌
8	木	かゆ 高野豆腐と玉ねぎののり煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・人参・さつま芋・味噌	23	金	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 大根と人参のやわらか煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・味噌・大根・人参・花ふ・醤油
9	金	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 大根と人参のやわらか煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・味噌・大根・人参・花ふ・醤油	24	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎの煮物 ほうれん草の和え物	おかゆ・鶏ささみ・玉ねぎ・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・ほうれん草・コーン
10	土	かゆ 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのサラダ	おかゆ・鶏ささみ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・トマトペースト・片栗粉・ブロッコリー・コーン・醤油	25	日	かゆ 鶏肉とチンゲン菜の煮物 ほうれん草のおかか和え	おかゆ・鶏ささみ・チンゲン菜・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・ほうれん草・コーン・かつお節
11	日	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーのごま和え	おかゆ・鶏ささみ・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・ブロッコリー・コーン	26	月	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・味噌・片栗粉・ブロッコリー・人参・ワカメ・醤油
12	月	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 トマトサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・味噌・片栗粉・トマト・人参・ワカメ・醤油	27	火	かゆ 助宗タラと春野菜のだし煮 かぼちゃとスナップエンドウのサラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・玉ねぎ・人参・グリーンアスパラ・出し汁・かぼちゃ・スナップエンドウ・豆腐・小松菜・醤油
13	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 小松菜と人参のサラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・小松菜・人参・かぼちゃ・豆腐・醤油	28	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 もやしサラダ スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・もやし・チンゲン菜・バナナ
14	水	人参かゆ 鶏肉と野菜のほっこり煮 キャベツとトマトのサラダ みそ汁	おかゆ・人参・鶏ささみ・じゃが芋・キャベツ・トマト・玉ねぎ・カットワカメ・出し汁・上白糖・醤油・味噌	29	木	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋とさゆりのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・焼ふ・味噌
15	木	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋とさゆりのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・焼ふ・味噌	30	金	かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮 もやしと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・出し汁・もやし・人参・チンゲン菜・醤油・バナナ
				31	土	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリーのごま和え	おかゆ・鶏ささみ・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・ブロッコリー・コーン

