



離乳食	曜日	前期(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	金	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 ほうれん草と人参のくたくた煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・ほうれん草・人参・もやし・味噌・バナナ	16	土	かゆ 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・トマト・人参・大豆水煮・チキンコンソメ・片栗粉・ブロッコリー・コーン・醤油
2	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・鶏肉・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	17	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・鶏肉・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
3	日	かゆ 鶏肉と玉ねぎの煮物 ほうれん草の和え物	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・ほうれん草・コーン	18	月	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・小松菜・焼ふ・味噌
4	月	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・小松菜・焼ふ・味噌	19	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく煮 玉ねぎとなすのだし煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・玉ねぎ・なす・人参・醤油
5	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく煮 玉ねぎとなすのだし煮 スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・玉ねぎ・なす・人参・醤油・オレンジ	20	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこり煮 きゅうりと人参のサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・きゅうり・人参・豆腐・キャベツ・オレンジ・出し汁・砂糖・醤油
6	水	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・もやし・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ワカメ・味噌・バナナ	21	木	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・味噌・片栗粉・玉ねぎ・醤油
7	木	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ・豆腐・白菜・人参・出し汁・味噌・片栗粉・玉ねぎ・醤油	22	金	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ほうれん草・オレンジ
8	金	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ほうれん草・オレンジ	23	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎの煮物 ほうれん草の和え物	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・ほうれん草・コーン
9	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・鶏肉・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	24	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・鶏肉・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
10	日	かゆ 鶏肉のみそ煮 チンゲン菜のコーン和え	おかゆ・鶏肉・キャベツ・味噌・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・チンゲン菜・コーン	25	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 ポテトサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・大根・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油
11	月	かゆ 助宗タラのトマト煮 玉ねぎとチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・豆腐・味噌・オレンジ	26	火	鶏肉と人参のワカメそうめん じゃが芋のマッシュ フルーツ(梨)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・梨
12	火	鶏肉と人参のワカメそうめん じゃが芋のマッシュ	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋	27	水	くたくた鶏うどん さつま芋のマッシュ みそ汁	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・さつま芋・大根・花ふ
13	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとりみ煮 ほうれん草と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・なす・味噌	28	木	人参がゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・人参・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・味噌・かぼちゃ・チンゲン菜・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖
14	木	かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・かぼちゃ・チンゲン菜・ソーメン・醤油	29	金	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 ほうれん草と人参のくたくた煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・ほうれん草・人参・もやし・味噌・バナナ
15	金	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 ほうれん草と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・ほうれん草・人参・かぶ・味噌	30	土	かゆ 鶏肉のみそ煮 チンゲン菜のコーン和え	おかゆ・鶏肉・キャベツ・味噌・出し汁・醤油・砂糖・片栗粉・チンゲン菜・コーン
				31	日	かゆ 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・トマト・人参・大豆水煮・チキンコンソメ・片栗粉・ブロッコリー・コーン・醤油



献立表に書いてある食材を未摂取の場合提供できません。予めご了承ください。