

2024年 9月 離乳食 献立

日にち	曜日	5・6ヶ月頃午前	7・8ヶ月頃午前	7・8ヶ月頃午後	9～11ヶ月頃午前	9～11ヶ月頃午後	食 材
2・30	月	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ みそ汁(玉ねぎ) 鮭とキャベツの煮物 バナナ	そぼろおじや	かゆ みそ汁(玉ねぎ) 鮭とキャベツの煮物 バナナ	そぼろおじや	米 鮭 キャベツ 人参 玉ねぎ バナナ 鶏ひき肉
3・17	火	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	かゆ みそ汁(かぼちゃ) 鶏と大根の和風煮 オレンジ	しらすうどん	かゆ みそ汁(かぼちゃ) 鶏と大根の和風煮 オレンジ	しらすうどん	米 鶏ささ身 大根 人参 かぼちゃ 玉ねぎ オレンジ うどん しらす
4・18	水	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 白菜スープ 豆腐のそぼろあんかけ バナナ	野菜リゾット	かゆ 白菜スープ 豆腐のそぼろあんかけ バナナ	野菜リゾット	米 鶏ひき肉 絹ごし豆腐(中期) 木綿豆腐(後期) 白菜 人参 玉ねぎ ブロッコリー バナナ
5・19	木	かゆ 白身魚 スープ(野菜だし)	かゆ 豆腐スープ 白身魚のコーンクリーム煮 オレンジ	和風うどん	かゆ 豆腐スープ 白身魚のコーンクリーム煮 オレンジ	和風うどん	米 白身魚 コーンクリーム 人参 玉ねぎ 絹ごし豆腐 小松菜 オレンジ うどん 鶏ひき肉
6・20	金	かゆ おふ スープ(野菜だし)	かゆ 澄まし汁 野菜のそぼろあんかけ バナナ	しらすパンがゆ	かゆ 澄まし汁 野菜のそぼろあんかけ バナナ	パンスティック	米 鶏ひき肉 白菜 人参 玉ねぎ バナナ 食パン しらす(中期)
9	月	かゆ 白身魚 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 澄まし汁 鮭の味噌煮 オレンジ	さつまいものマッシュ	かゆ 澄まし汁 鮭の味噌煮 オレンジ	さつまいもスティック	米 鮭 人参 玉ねぎ ほうれん草 オレンジ さつまいも
10・24	火	かゆ 絹ごし豆腐 スープ(野菜だし)	かゆ みそ汁(じゃがいも) 鶏肉と豆腐の煮物 バナナ	きなこパンがゆ	かゆ みそ汁(じゃがいも) 鶏肉と豆腐の煮物 バナナ	パンスティック	米 鶏ささ身 絹ごし豆腐 じゃがいも 人参 玉ねぎ バナナ 食パン きなこ(中期)
11・25	水	かゆ おふ 和風だしスープ(かつお・昆布)	かゆ 和風ポトフ ほうれん草のお浸し バナナ	ツナおじや	かゆ 和風ポトフ ほうれん草のお浸し バナナ	蒸しパン	米 鶏ささ身 人参 玉ねぎ さといも ほうれん草 しらす バナナ ツナ(中期)
12・26	木	かゆ 絹ごし豆腐 和風だしスープ(かつお・昆布)	野菜うどん さつまいものマッシュ バナナ	ツナのリゾット	野菜うどん さつまいものスティック バナナ	ツナのリゾット	うどん 鶏ささ身 キャベツ 人参 玉ねぎ さつまいも バナナ 米 ツナ
13・27	金	かゆ おふ スープ(野菜だし)	三色丼 みそ汁(豆腐) オレンジ	野菜うどん	三色丼 みそ汁(豆腐) オレンジ	野菜うどん	米 鶏ひき肉 人参 小松菜 玉ねぎ 絹ごし豆腐 ブロッコリー オレンジ ツナ

