

離乳食献立表

2019年9月

離乳食初期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
2 月	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(さつまいも、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 さつまいも、たまねぎ、昆布だし汁
3 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(キャベツ、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 キャベツ、にんじん、昆布だし汁
4 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁
5 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(キャベツ、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 キャベツ、にんじん、昆布だし汁
6 金	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、だいこん)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、だいこん、昆布だし汁
7 土	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
9 月	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(こまつな、たまねぎ)	米 カレイ、昆布だし汁 こまつな、たまねぎ、昆布だし汁
10 火	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(かぼちゃ、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 かぼちゃ、にんじん、昆布だし汁
11 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
12 木	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ)	米 カレイ、昆布だし汁 たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁
13 金	にんじん粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米、にんじん 豆腐、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
14 土	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
17 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(にんじん、かぼちゃ)	米 カレイ、昆布だし汁 にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁
18 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(ほうれんそう、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 ほうれんそう、たまねぎ、昆布だし汁
19 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(はくさい、にんじん)	米 しらす、昆布だし汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁
20 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(さつまいも、キャベツ)	米 カレイ、昆布だし汁 さつまいも、キャベツ、昆布だし汁

離乳食献立表

2019年9月

離乳食初期(5~6ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
21 土	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(かぼちゃ、たまねぎ)	米 豆腐、昆布だし汁 かぼちゃ、たまねぎ、昆布だし汁
24 火	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(だいこん、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁
25 水	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ)	米 豆腐、昆布だし汁 たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁
26 木	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(にんじん、たまねぎ)	米 しらす、昆布だし汁 にんじん、たまねぎ、昆布だし汁
27 金	つぶし粥 すり流し(カレイ) 野菜ペースト(はくさい、にんじん)	米 カレイ、昆布だし汁 はくさい、にんじん、昆布だし汁
28 土	つぶし粥 すり流し(しらす) 野菜ペースト(たまねぎ、かぼちゃ)	米 しらす、昆布だし汁 たまねぎ、かぼちゃ、昆布だし汁
30 月	つぶし粥 すり流し(豆腐) 野菜ペースト(にんじん、こまつな)	米 豆腐、昆布だし汁 にんじん、こまつな、昆布だし汁

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

離乳食献立表

2019年9月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
2 月	全粥 鶏ミンチとさつまいもの煮物 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、さつまいも、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
3 火	全粥 ベビーコロケ キャベツスープ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
4 火	全粥 豆腐と野菜の炒め煮 なすスープ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 なす、昆布だし汁
5 木	全粥 サケのにんじんあんかけ キャベツスープ	米 サケ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
6 金	全粥 豆腐とかぼちゃの煮物 にんじんスープ	米 豆腐、かぼちゃ、にんじん、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
7 土	しらす粥 里芋とたまねぎのトロトロ煮	米、しらす さといも、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁
9 月	全粥 カレーと小松菜の煮物 たまねぎスープ	米 カレー、こまつな、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
10 火	全粥 かぼちゃのそぼろ煮 にんじんスープ	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
11 水	全粥 豆腐の野菜あんかけ たまねぎスープ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
12 木	全粥 サケと野菜の炒め煮 かぼちゃスープ	米 サケ、たまねぎ、にんじん、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
13 金	にんじんそぼろ粥 たまねぎスープ きゅうりサラダ	米、にんじん、鶏ミンチ たまねぎ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
14 土	しらす粥 かぼちゃとたまねぎのトロトロ煮	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁
17 火	鮭粥 具だくさんスープ	米、さけ にんじん、だいこん、さといも、昆布だし汁
18 水	全粥 ベビーハンバーグ ほうれんそうスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁
19 木	全粥 鶏ミンチの具だくさん煮物 たまねぎスープ	米 鶏ミンチ、豆腐、はくさい、にんじん、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
20 金	全粥 根菜の旨煮 キャベツスープ	米 鶏ミンチ、さつまいも、にんじん、たまねぎ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁

離乳食献立表

2019年9月

離乳食中期(7~8ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
21 土	しらす粥 里芋とたまねぎのトロトロ煮	米、しらす さといも、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁
24 火	全粥 カレイの磯辺あんかけ 根菜スープ	米 カレイ、あおのり、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁
25 水	全粥 豆腐と野菜のスープ風煮物 きゅうりサラダ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
26 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 たまねぎスープ	米、しらす 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、トマトペースト、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁
27 金	全粥 ベビー八宝菜 かぼちゃのマッシュ	米 鶏ミンチ、はくさい、たまねぎ、にんじん、片栗粉、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
28 土	しらす粥 かぼちゃとたまねぎのトロトロ煮	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁
30 月	そぼろ粥 こまつなとにんじんの具だくさんスープ	米、鶏ミンチ こまつな、にんじん、昆布だし汁

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。

離乳食献立表

2019年9月

離乳食後期(9~11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
2 月	全粥 鶏ミンチとさつまいもの煮物 たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、さつまいも、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
3 火	全粥 ベビーコロッケ キャベツのみそ汁 かぼちゃのマツシュ	米 鶏ミンチ、じゃがいも、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、みそ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
4 火	全粥 豆腐と野菜の炒め煮 なすのみそ汁 にんじんスティック	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 なす、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
5 木	全粥 サケのにんじんあんかけ キャベツのみそ汁 きゅうりスティック	米 サケ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 キャベツ、みそ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁
6 金	全粥 豆腐とかぼちゃの煮物 にんじんスープ だいこんスティック	米 豆腐、かぼちゃ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
7 土	しらす粥 里芋とたまねぎのトロトロ煮	米、しらす さといも、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁
9 月	全粥 カレーと小松菜の煮物 たまねぎスープ ゆでキャベツ	米 カレー、こまつな、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁
10 火	全粥 かぼちゃのそぼろ煮 にんじのみそ汁 ゆでいんげん	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 にんじん、みそ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
11 水	全粥 豆腐の野菜あんかけ たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
12 木	全粥 サケと野菜の炒め煮 かぼちゃスープ オレンジ	米 サケ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁 オレンジ
13 金	にんじんそぼろ粥 たまねぎのみそ汁 きゅうりサラダ にんじんスティック	米、にんじん、鶏ミンチ たまねぎ、みそ、昆布だし汁 きゅうり、しょうゆ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
14 土	しらす粥 かぼちゃとたまねぎのトロトロ煮	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁
17 火	さけ粥 具だくさんスープ ゆでいんげん	米、さけ にんじん、だいこん、さといも、しょうゆ、かつおだし汁 いんげん、昆布だし汁
18 水	全粥 ベビーハンバーグ ほうれんそうスープ さつまいもスティック	米 鶏ミンチ、豆腐、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 ほうれんそう、昆布だし汁 さつまいも、昆布だし汁
19 木	全粥 鶏ミンチの具だくさん煮物 たまねぎのみそ汁 オレンジ	米 鶏ミンチ、豆腐、はくさい、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 オレンジ
20 金	全粥 根菜の旨煮 キャベツスープ にんじんスティック	米 鶏ミンチ、さつまいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、昆布だし汁 キャベツ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁

離乳食献立表

2019年9月

離乳食後期(9～11ヶ月)

日 曜	献立	材 料 名
21 土	しらす粥 里芋とたまねぎのトロトロ煮	米、しらす さといも、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁
24 火	全粥 カレイの磯辺あんかけ 根菜スープ だいこんスティック	米 カレイ、あおのり、たまねぎ、片栗粉、昆布だし汁 だいこん、にんじん、昆布だし汁 だいこん、昆布だし汁
25 水	全粥 豆腐と野菜のスープ風煮物 きゅうりサラダ ゆでいんげん	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、しょうゆ、昆布だし汁 きゅうり、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁
26 木	全粥 鶏ミンチと野菜のトマト煮 たまねぎのみそ汁 にんじんスティック	米 鶏ミンチ、たまねぎ、にんじん、トマトペースト、昆布だし汁 たまねぎ、みそ、昆布だし汁 にんじん、昆布だし汁
27 金	全粥 ベビー八宝菜 かぼちゃのマッシュ	米 鶏ミンチ、はくさい、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁 かぼちゃ、昆布だし汁
28 土	しらす粥 かぼちゃとたまねぎのトロトロ煮	米、しらす かぼちゃ、たまねぎ、しょうゆ、片栗粉、昆布だし汁
30 月	そぼろ粥 こまつなとにんじんの具だくさんスープ ゆでいんげん	米、鶏ミンチ こまつな、にんじん、しょうゆ、昆布だし汁 いんげん、昆布だし汁

※材料の都合により献立を変更する場合がございます。