



離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)		中期(7~8ヶ月)	
		昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧
1	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・トマト・キャベツ・人参・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・トマト・キャベツ・人参・出し汁
2	木	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・オレンジ	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・きゅうり・じゃが芋・オレンジ
3	金	かゆ 鶏肉とさつま芋の豆乳煮 玉ねぎのだし煮 ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつま芋・人参・豆乳・水・精製塩・玉ねぎ・出し汁・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とさつま芋の豆乳煮 玉ねぎのだし煮 ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつま芋・人参・豆乳・水・玉ねぎ・出し汁・ヨーグルト
4	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃの甘煮 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃの甘煮 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・かぼちゃ・バナナ
6	月	かゆ 助宗タラとブロッコリーのだし煮 大根と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラとブロッコリーのだし煮 大根と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・キャベツ・味噌・オレンジ
7	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 さつま芋サラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・チンゲン菜・人参・豆乳・精製塩	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 さつま芋サラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・さつま芋・チンゲン菜・人参・豆乳
8	水	かゆ 豆腐と野菜のどろどろ煮 大根とほうれん草のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・ほうれん草	かゆ 豆腐と野菜のどろどろ煮 大根とほうれん草のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・人参・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・大根・ほうれん草
9	木	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこり煮 きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・キャベツ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこり煮 きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・人参・出し汁・きゅうり・キャベツ・花ふ・味噌・オレンジ
10	金	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトと白菜のサラダ 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・トマト・白菜・小松菜・ワカメ・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトと白菜のサラダ 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・トマト・白菜・小松菜・ワカメ・バナナ
11	土	鶏肉と野菜のくたくたうどん かぼちゃのほっこり煮 フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・オレンジ	鶏肉と野菜のくたくたうどん かぼちゃのほっこり煮 フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・かぼちゃ・オレンジ
13	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・チンゲン菜・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・きゅうり・人参・チンゲン菜・出し汁・味噌
14	火	かゆ タラと白菜のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・タラ・白菜・出し汁・玉ねぎ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆ タラと白菜のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・タラ・白菜・出し汁・玉ねぎ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ
15	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・トマト・キャベツ・人参・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・トマト・キャベツ・人参・出し汁

離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)		中期(7~8ヶ月)	
		昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧
16	木	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・オレンジ	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・きゅうり・じゃが芋・オレンジ
17	金	かゆ 鶏肉とさつま芋の豆乳煮 玉ねぎのだし煮 ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつま芋・人参・豆乳・水・精製塩・玉ねぎ・出し汁・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とさつま芋の豆乳煮 玉ねぎのだし煮 ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつま芋・人参・豆乳・水・玉ねぎ・出し汁・ヨーグルト
18	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃの甘煮 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃの甘煮 フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・かぼちゃ・バナナ
20	月	かゆ 助宗タラとブロッコリーのだし煮 大根と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・キャベツ・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラとブロッコリーのだし煮 大根と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・キャベツ・味噌・バナナ
21	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 さつま芋サラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・チンゲン菜・人参・豆乳・精製塩	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 さつま芋サラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・さつま芋・チンゲン菜・人参・豆乳
22	水	かゆ 豆腐と野菜のどろどろ煮 大根とほうれん草のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・ほうれん草	かゆ 豆腐と野菜のどろどろ煮 大根とほうれん草のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・人参・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・大根・ほうれん草
23	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのマッシュ フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・グリーンアスパラ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのマッシュ フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・グリーンアスパラ・人参・出し汁・かぼちゃ・オレンジ
24	金	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトと白菜のサラダ 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・トマト・白菜・小松菜・ワカメ・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトと白菜のサラダ 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・トマト・白菜・小松菜・ワカメ・バナナ
25	土	鶏肉と野菜のくたくたうどん かぼちゃのほっこり煮 フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・オレンジ	鶏肉と野菜のくたくたうどん かぼちゃのほっこり煮 フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・かぼちゃ・オレンジ
27	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・チンゲン菜・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・きゅうり・人参・チンゲン菜・出し汁・味噌
28	火	かゆ タラと白菜のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・タラ・白菜・出し汁・玉ねぎ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ	かゆ タラと白菜のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・タラ・白菜・出し汁・玉ねぎ・人参・さつま芋・味噌・オレンジ
29	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・トマト・キャベツ・人参・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・トマト・キャベツ・人参・出し汁
30	木	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・オレンジ	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・きゅうり・じゃが芋・オレンジ

※仕入れの都合により献立を変更する場合があります。
※午後のおやつは、11ヶ月を目安に始めます。

