



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	金	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・なす・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・かぼちゃ・なす
4	月	かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳煮 人参のだし煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・醤油	かゆ 助宗タラと玉ねぎのやわらか煮 人参のだし煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・水・人参・出し汁・白菜
5	火	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・豆腐・花ふ
6	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわらか煮 小松菜と人参のだし煮 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・小松菜・人参・キャベツ・味噌・バナナ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわらか煮 小松菜と人参のだし煮 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・小松菜・人参・キャベツ・バナナ
7	木	かゆ やわらか野菜そうめん トマトサラダ さつまい芋のマッシュ ヨーグルト	ソーメン・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマト・さつまい芋・人参・ヨーグルト	かゆ やわらか野菜そうめん トマトサラダ さつまい芋のマッシュ ヨーグルト	ソーメン・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・トマト・さつまい芋・人参・ヨーグルト
8	金	かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく煮 白菜と人参のサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・オレンジ	かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく煮 白菜と人参のサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・白菜・人参・オレンジ
11	月	かゆ 助宗タラと小松菜のとりとろ煮 ブロッコリーと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ブロッコリー・人参・大根・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のとりとろ煮 ブロッコリーと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ブロッコリー・人参・大根・豆腐
12	火	かゆ 鶏肉と野菜のくたくたうどん さつまい芋煮 フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつまい芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくたうどん さつまい芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・さつまい芋・オレンジ
13	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・しらす干し・もやし・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・チンゲン菜・人参・しらす干し・焼ふ
14	木	かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・オレンジ
15	金	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・なす・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・かぼちゃ・なす

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
19	火	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・豆腐・花ふ
20	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわらか煮 小松菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわらか煮 小松菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参・キャベツ・オレンジ
21	木	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 さつまい芋サラダ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・味噌・さつまい芋・人参・きゅうり・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 さつまい芋サラダ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・さつまい芋・人参・きゅうり・ヨーグルト
22	金	かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく煮 白菜と人参のサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・オレンジ	かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく煮 白菜と人参のサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・白菜・人参・オレンジ
25	月	かゆ 助宗タラと小松菜のとりとろ煮 ブロッコリーと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ブロッコリー・人参・大根・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラと小松菜のとりとろ煮 ブロッコリーと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・玉ねぎ・出し汁・ブロッコリー・人参・大根・豆腐
26	火	かゆ 鶏肉と野菜のくたくたうどん さつまい芋煮 フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつまい芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくたうどん さつまい芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・さつまい芋・オレンジ
27	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・しらす干し・もやし・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・チンゲン菜・人参・しらす干し・焼ふ
28	木	かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・オレンジ
29	金	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・なす・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 かぼちゃサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・かぼちゃ・なす

※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。□

