



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	月	かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・小松菜・人参・出し汁・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・小松菜・人参・出し汁・玉ねぎ・オレンジ
2	火	やわらか野菜そうめん かぼちゃときゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・きゅうり・バナナ	やわらか野菜そうめん かぼちゃときゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・かぼちゃ・きゅうり・バナナ
3	水	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・さつまいも・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・大根・人参・さつまいも
4	木	人参がゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・味噌・じゃが芋・小松菜・醤油・オレンジ	人参がゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 ポテトサラダ すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・出し汁・味噌・じゃが芋・小松菜・醤油・オレンジ
5	金	かゆ 鶏肉と野菜のだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・チンゲン菜・人参・もやし・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・チンゲン菜・人参・もやし・味噌・バナナ
8	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 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	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 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・大根・人参・小松菜・焼ふ
9	火	かゆ タラとじゃが芋のほくほく煮 チンゲン菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・タラ・じゃが芋・出し汁・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ タラとじゃが芋のほくほく煮 チンゲン菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・タラ・じゃが芋・出し汁・チンゲン菜・人参・玉ねぎ・バナナ
10	水	かゆ 鶏肉と夏野菜のトマト煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・なす・カットトマトパック・水・精製塩・ほうれん草・ワカメ・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉と夏野菜のトマト煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・なす・カットトマトパック・水・ほうれん草・ワカメ・出し汁
12	金	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりのワカメサラダ 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・きゅうり・ワカメ・ほうれん草・バナナ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりのワカメサラダ 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・きゅうり・ワカメ・ほうれん草・バナナ
15	月	かゆ 助宗タラのだし煮 小松菜と人参のだし煮 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・小松菜・人参・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラのだし煮 小松菜と人参のだし煮 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・小松菜・人参・玉ねぎ・バナナ
16	火	やわらか野菜そうめん かぼちゃのサラダ フルーツ(バナナ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・バナナ	やわらか野菜そうめん かぼちゃのサラダ フルーツ(バナナ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・バナナ
17	水	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・長ねぎ・ほうれん草・出し汁・大根・人参

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
18	木	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・キャベツ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・片栗粉・じゃが芋・キャベツ
19	金	かゆ タラと野菜のだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・タラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・チンゲン菜・人参・もやし・味噌・バナナ	かゆ タラと野菜のだし煮 チンゲン菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・タラ・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・チンゲン菜・人参・もやし・バナナ
22	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 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	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 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・大根・人参・小松菜・焼ふ
23	火	かゆ 鶏肉と夏野菜のトマト煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・なす・カットトマトパック・水・精製塩・ほうれん草・ワカメ・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉と夏野菜のトマト煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・なす・カットトマトパック・水・ほうれん草・ワカメ・出し汁
24	水	かゆ タラとじゃが芋のほくほく煮 チンゲン菜と人参のスープ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・タラ・じゃが芋・出し汁・チンゲン菜・人参・きゅうり・ヨーグルト・砂糖	かゆ タラとじゃが芋のほくほく煮 チンゲン菜と人参のスープ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・タラ・じゃが芋・出し汁・チンゲン菜・人参・きゅうり・ヨーグルト
25	木	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりのワカメサラダ スープ・フルーツ(梨)	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・ワカメ・ほうれん草・バナナ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 きゅうりのワカメサラダ スープ・フルーツ(梨)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・きゅうり・ワカメ・ほうれん草・バナナ
26	金	かゆ 鮭と人参のやわらか煮 白菜のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鮭・人参・出し汁・白菜・玉ねぎ・豆腐・味噌・オレンジ	かゆ 鮭と人参のやわらか煮 白菜のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・タラ・人参・出し汁・白菜・玉ねぎ・豆腐・オレンジ
29	月	かゆ カラスカレイのトマト煮 小松菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・カラスカレイ・トマト・水・精製塩・小松菜・人参・出し汁・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ カラスカレイのトマト煮 小松菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・カラスカレイ・トマト・水・小松菜・人参・出し汁・玉ねぎ・オレンジ
30	火	かゆ やわらか野菜そうめん かぼちゃときゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・きゅうり・バナナ	やわらか野菜そうめん かぼちゃときゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・かぼちゃ・きゅうり・バナナ
31	水	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・さつまいも・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・大根・人参

※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。















