



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	木	かゆ 鶏肉と小松菜ののり煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白 菜・人参・かぼちゃ・味噌	かゆ 鶏肉と小松菜ののり煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・ 出し汁・片栗粉・白菜・人参・か ぼちゃ
2	金	かゆ 鶏肉とさつまいもの豆乳煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつまいも・玉ねぎ・ 豆乳・水・精製塩・もやし・人参・ 出し汁・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とさつまいものだし煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつまいも・玉ねぎ・ 水・人参・出し汁・ヨーグルト
5	月	かゆ 鶏肉となすのやわらか煮 ほうれん草サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・グ リーンアスパラ・出し汁・砂糖・ 醤油・ほうれん草・人参	かゆ 鶏肉となすのやわらか煮 ほうれん草サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・グ リーンアスパラ・出し汁・ほうれ ん草・人参
6	火	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根ときゅうりのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃ が芋・出し汁・砂糖・醤油・大 根・きゅうり・小松菜・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根ときゅうりのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃ が芋・出し汁・大根・きゅうり・小 松菜・りんご
7	水	かゆ たらと玉ねぎのやわらか煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・たら・玉ねぎ・出し汁・白 菜・人参・さつまいも・味噌・パナ ナ	かゆ たらと玉ねぎのやわらか煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・たら・玉ねぎ・出し汁・白 菜・人参・さつまいも・バナナ
8	木	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこり煮 チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁 人参がゆ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・出し汁・ 砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・し らす干し・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこり煮 チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁 人参がゆ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・出し汁・ チンゲン菜・人参・しらす干し・玉 ねぎ
9	金	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ	おかゆ・人参・鶏肉・さつまいも・ 玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・ 醤油・きゅうり	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりサラダ	おかゆ・人参・鶏肉・さつまいも・ 玉ねぎ・キャベツ・出し汁・きゅう り
12	月	鶏肉とチンゲン菜のくたくうどん かぼちゃのマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・チンゲン菜・出し 汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・オレンジ	鶏肉とチンゲン菜のくたくうどん かぼちゃのマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・チンゲン菜・出し 汁・かぼちゃ・オレンジ
13	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 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・じゃが芋・ほう れん草・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出 し汁・じゃが芋・ほうれん草・花 ふ
14	水	かゆ たらとキャベツのだし煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・たら・キャベツ・人参・出 し汁・もやし・玉ねぎ・味噌・パナ ナ	かゆ たらとキャベツのだし煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・たら・キャベツ・人参・出 し汁・玉ねぎ・バナナ
15	木	かゆ 鶏肉と小松菜ののり煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白 菜・人参・かぼちゃ・味噌	かゆ 鶏肉と小松菜ののり煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・ 出し汁・片栗粉・白菜・人参・か ぼちゃ



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	金	かゆ 鶏肉とさつまいもの豆乳煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつまいも・玉ねぎ・ 豆乳・水・精製塩・人参・出し 汁・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とさつまいものだし煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつまいも・玉ねぎ・ 水・人参・出し汁・ヨーグルト
20	火	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根とブロッコリーのサラダ スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃ が芋・出し汁・砂糖・醤油・大 根・ブロッコリー・小松菜・パナ ナ	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 大根とブロッコリーのサラダ スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・じゃ が芋・出し汁・大根・ブロッコ リー・小松菜・バナナ
21	水	かゆ たらと玉ねぎのやわらか煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・たら・玉ねぎ・出し汁・白 菜・人参・さつまいも・味噌・オレンジ	かゆ たらと玉ねぎのやわらか煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・たら・玉ねぎ・出し汁・白 菜・人参・さつまいも・オレンジ
22	木	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこり煮 チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・出し汁・ 砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・し らす干し・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこり煮 チンゲン菜と人参のしらすサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・出し汁・ チンゲン菜・人参・しらす干し・玉 ねぎ
26	月	鶏肉とチンゲン菜のくたくうどん かぼちゃのマッシュ フルーツ(バナナ)	うどん・鶏肉・チンゲン菜・出し 汁・醤油・砂糖・かぼちゃ・パナ ナ	鶏肉とチンゲン菜のくたくうどん かぼちゃのマッシュ フルーツ(バナナ)	うどん・鶏肉・チンゲン菜・出し 汁・かぼちゃ・バナナ
27	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 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・じゃが芋・ほう れん草・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出 し汁・じゃが芋・ほうれん草・花 ふ
28	水	かゆ たらとキャベツのだし煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・たら・キャベツ・人参・出 し汁・もやし・玉ねぎ・味噌・パナ ナ	かゆ たらとキャベツのだし煮 みそ汁 フルーツ(バナナ)	おかゆ・たら・キャベツ・人参・出 し汁・玉ねぎ・バナナ
29	木	かゆ 鶏肉と小松菜ののり煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白 菜・人参・かぼちゃ・味噌	かゆ 鶏肉と小松菜ののり煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・ 出し汁・片栗粉・白菜・人参・か ぼちゃ
30	金	かゆ 鶏肉とさつまいもの豆乳煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつまいも・玉ねぎ・ 豆乳・水・精製塩・もやし・人参・ 出し汁・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とさつまいものだし煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつまいも・玉ねぎ・ 水・人参・出し汁・ヨーグルト

※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。

