

# 10月

後期(9~11ヶ月)      中期(7~8ヶ月)

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
3	月	かゆ カラスカレイとチンゲン菜のやわらか煮 さつまいものマッシュ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・カラスカレイ・チンゲン菜・出し汁・さつまいも・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆ カラスカレイとチンゲン菜のやわらか煮 さつまいものマッシュ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・カラスカレイ・チンゲン菜・出し汁・さつまいも・玉ねぎ・りんご
4	火	かゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・人参・白菜・花ふ
5	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・もやし・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・人参・出し汁・トマト
6	木	かゆ 鮭とキャベツのみそ煮 大根と人参のだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鮭・キャベツ・出し汁・味噌・大根・人参・じゃが芋・ワカメ・醤油・オレンジ	かゆ 鮭とキャベツのみそ煮 大根と人参のだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鮭・キャベツ・出し汁・大根・人参・じゃが芋・ワカメ・オレンジ
7	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・小松菜・焼ふ
11	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・花ふ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・花ふ
12	水	かゆ 鮭とかぼちゃのほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鮭・かぼちゃ・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌・オレンジ	かゆ 鮭とかぼちゃのほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鮭・かぼちゃ・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・オレンジ
13	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜ときゅうりのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・きゅうり・チンゲン菜・ワカメ・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜ときゅうりのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・白菜・きゅうり・チンゲン菜・ワカメ・りんご
14	金	かゆ 鶏肉ともやしのやわらか煮 さつまいもサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・もやし・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・ソーメン	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 さつまいもサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・さつまいも・ソーメン
17	月	かゆ カラスカレイとチンゲン菜のやわらか煮 さつまいものマッシュ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・カラスカレイ・チンゲン菜・出し汁・さつまいも・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆ カラスカレイとチンゲン菜のやわらか煮 さつまいものマッシュ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・カラスカレイ・チンゲン菜・出し汁・さつまいも・玉ねぎ・りんご

# 10月

後期(9~11ヶ月)      中期(7~8ヶ月)

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	火	かゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・人参・白菜・花ふ
19	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・もやし・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・人参・出し汁・トマト
20	木	かゆ 鮭とキャベツのだし煮 大根と人参のやわらか煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鮭・キャベツ・出し汁・大根・人参・じゃが芋・ワカメ・醤油・オレンジ	かゆ 鮭とキャベツのだし煮 大根と人参のやわらか煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鮭・キャベツ・出し汁・大根・人参・じゃが芋・ワカメ・オレンジ
21	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・小松菜・焼ふ
24	月	かゆ 鶏肉のくたくた味噌うどん 小松菜と人参のやわらか煮 フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・かぼちゃ・出し汁・味噌・小松菜・人参・オレンジ	かゆ 鶏肉のくたくたうどん 小松菜と人参のやわらか煮 フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・かぼちゃ・出し汁・小松菜・人参・オレンジ
25	火	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・花ふ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・花ふ
26	水	かゆ 鮭とかぼちゃのほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鮭・かぼちゃ・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌・バナナ	かゆ 鮭とかぼちゃのほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鮭・かぼちゃ・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・バナナ
27	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜ときゅうりのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・きゅうり・チンゲン菜・ワカメ・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜ときゅうりのサラダ スープ・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・白菜・きゅうり・チンゲン菜・ワカメ・りんご
28	金	かゆ 鶏肉ともやしのやわらか煮 さつまいもサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・もやし・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・ソーメン	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 さつまいもサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・さつまいも・ソーメン
31	月	かゆ 鶏肉とかぼちゃの豆乳煮 スープ フルーツ(りんご)	おかゆ・人参・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・チンゲン菜・出し汁・醤油・りんご	かゆ 鶏肉とかぼちゃの煮 スープ フルーツ(りんご)	おかゆ・人参・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・水・チンゲン菜・出し汁・りんご

※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。

