



令和4年9月 離乳食献立表



日付	曜日	午前おやつ	昼食		午後おやつ	
			中期食	後期食	中期食	後期食
1	木	育児ミルク又は麦茶 お菓子	ツナ入りおかゆ だしスープ	ツナのおじや みそ汁	育児ミルク又は麦茶 にゅうめん	育児ミルク又は麦茶 なめこ大麦類
2	金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	パン粥 かぼちゃのことごと煮 トマトスープ	食パンサンド かぼちゃのソテー ミネストローネ	育児ミルク又は麦茶 おかゆ	育児ミルク又は麦茶 鶏肉入りピラフ(おかゆ)
3	17 土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	レタス入りおかゆ スープ	レタスチャーハン 中華スープ	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ
5	月	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ ツナと野菜煮 豆腐スープ	おかゆ 牛肉と野菜の炒め煮 中華きゅうり みそ汁	育児ミルク又は麦茶 おかし	育児ミルク又は麦茶 おかし
6	20 火	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜あんかけがゆ 小松菜のスープ	豆乳あんかけがゆ もやしのごま味噌和え	育児ミルク又は麦茶 人参にゅうめん	育児ミルク又は麦茶 ビーフン
7	21 水	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚の玉ねぎあんかけ 高野豆腐のスープ	ひじきおかゆ 鮭のマヨドレ焼き 高野豆腐の含め煮 みそ汁	育児ミルク又は麦茶 おかし	育児ミルク又は麦茶 一口ゼリー おかし
8	22 木	育児ミルク又は麦茶 お菓子	8日 ささみと人参のあんかけ粥 トマトスープ 22日	8日 マーボー茄子丼ぶり(おかゆ) 海藻サラダ すまし汁 22日	8日 育児ミルク又は麦茶 パン粥(じゃこ入り)	8日 育児ミルク又は麦茶 じゃこ海苔トースト
9	金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	ささみいりにゅうめん きゃべつのかたくた煮	豚入りうどん きゃべつのはちま和え	育児ミルク又は麦茶 ふかしさつまいも	育児ミルク又は麦茶 さつまいも団子
10	24 土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	ささみと野菜のおかゆ 野菜スープ	ケチャップがゆ 野菜スープ	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ
12	26 月	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ ツナと野菜煮 だしスープ	おかゆ 豚ニラ炒め マカロニサラダ みそ汁	育児ミルク又は麦茶 お麩のきな粉煮	育児ミルク又は麦茶 お麩ラスク
13	27 火	育児ミルク又は麦茶 お菓子	ツナ入りにゅうめん 野菜のだし煮	サンマーメン れんこんの炒めもの	育児ミルク又は麦茶 おかゆ	育児ミルク又は麦茶 葱塩豚のおかゆ
	28 水	育児ミルク又は麦茶 お菓子	パン粥 かぼちゃのことごと煮 トマトスープ	食パンサンド かぼちゃのソテー ミネストローネ	育児ミルク又は麦茶 おかし	育児ミルク又は麦茶 一口ゼリー おかし
15	29 木	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 小松菜の納豆あえ だしスープ	おかゆ タンダーチキン 小松菜の納豆あえ みそ汁	育児ミルク又は麦茶 おかし フルーツ	育児ミルク又は麦茶 おかし フルーツ
16	30 金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚の野菜あんかけ だしスープ	おかゆ 白身魚の塩焼き 秋野菜の揚げ浸し みそ汁	育児ミルク又は麦茶 きな粉寒天 野菜ハイハイ	育児ミルク又は麦茶 豆乳プリン
誕生会	14 水	育児ミルク又は麦茶 お菓子	人参がゆ 豆腐のかたくた煮 だしスープ	きのこ入りおかゆ 落とし揚げ サラダ菜 トマト 鶏肉のすまし汁	育児ミルク又は麦茶 ビスケット パナナ	育児ミルク又は麦茶 クレープ

※刻み食は普通食からの取り分けですが、おかずはほぼ後期食と同じです。主食はごはんになります。