



離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)		離乳食	曜日	後期(9~11ヶ月)	
		昼	使用食材一覧			昼	使用食材一覧
1	日			16	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・大根・人参・じゃが芋・小松菜・出し汁・味噌
2	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・大根・人参・じゃが芋・小松菜・出し汁・味噌	17	火	かゆ 豆腐とかぶのコトコ煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・キャベツ・ワカメ・味噌
3	火	かゆ 豆腐とかぶのコトコ煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・キャベツ・ワカメ・味噌	18	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・大根・人参
4	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・大根・人参	19	木	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のとろとろ煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・しらす干し・さつま芋・味噌・りんご
5	木	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のとろとろ煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・しらす干し・さつま芋・味噌・りんご	20	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちやのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちや・なす・もやし・味噌
6	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちやとなすのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちや・なす・もやし・味噌	21	土	かゆ 助宗タラのトマトみそ煮 キャベツのだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・味噌・キャベツ・豆腐・花ふ・醤油・オレンジ
7	土	かゆ 助宗タラのトマトみそ煮 キャベツのだし煮 すまし汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・味噌・キャベツ・豆腐・花ふ・醤油・オレンジ	22	日		
8	日			23	月	かゆ 鶏肉と冬野菜のくたくた煮 かぶときゅうりのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・白菜・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・きゅうり・じゃが芋
9	月	かゆ 鶏肉と冬野菜のくたくた煮 かぶときゅうりのサラダ フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・白菜・じゃが芋・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・きゅうり・りんご	24	火	鶏肉と野菜のとろとろおろしうどん さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・オレンジ
10	火	鶏肉と野菜のとろとろおろしうどん さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・オレンジ	25	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎの豆乳煮 ポテトサラダ スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・じゃが芋・ブロッコリー・人参・豆腐・もやし・出し汁・醤油・バナナ
11	水	かゆ 白糸タラのトマト煮 じゃが芋と人参のほっこり煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトラ・トマト・水・精製塩・じゃが芋・人参・出し汁・豆腐・もやし・味噌・バナナ	26	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜とれんこんのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・れんこん・なす・味噌
12	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜とれんこんのくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・れんこん・なす・味噌	27	金	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぼちやのマッシュ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・かぼちや・白菜・味噌・ヨーグルト・砂糖
13	金	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 かぼちやのマッシュ みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・かぼちや・白菜・味噌・みかん	28	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・れんこん・花ふ・味噌
14	土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・れんこん・花ふ・味噌	29	日		
15	日			30	月		
				31	火		