



離乳食	後期(9~11ヶ月)		離乳食	後期(9~11ヶ月)	
	曜日	使用食材一覧		曜日	使用食材一覧
1	水		16	木	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のだし煮 じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁・フルーツ(みかん)
2	木		17	金	かゆ 鶏肉のとろとろトマト煮 小松菜サラダ みそ汁
3	金		18	土	かゆ 白糸タラとほうれん草のくたくた煮 豆腐と野菜のとろみ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)
4	土	かゆ 白糸タラとほうれん草のくたくた煮 高野豆腐と野菜のとろみ煮 みそ汁	19	日	
5	日		20	月	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほくほく煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)
6	月	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほくほく煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	21	火	かゆ くたくた鶏うどん じゃが芋とブロッコリーのサラダ みそ汁
7	火	かゆ くたくた鶏うどん じゃが芋とブロッコリーのサラダ みそ汁	22	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎのとろとろ煮 ほうれん草と人参のくたくた煮 スープ・フルーツ(バナナ)
8	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎのとろとろ煮 ほうれん草と人参のくたくた煮 スープ・フルーツ(バナナ)	23	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツとかぶのサラダ スープ・ヨーグルト
9	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツとかぶのサラダ スープ・ヨーグルト	24	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ フルーツ(バナナ)
10	金	かゆ 鶏肉と冬野菜のくたくた煮 きゅうりのサラダ みそ汁	25	土	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 大根サラダ すまし汁
11	土	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 大根サラダ すまし汁	26	日	
12	日		27	月	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりサラダ フルーツ(オレンジ)
13	月		28	火	かゆ 助宗タラとさつまいものほくほく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)
14	火	かゆ 助宗タラとさつまいものほくほく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	29	水	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 大根と人参のサラダ みそ汁
15	水	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	30	木	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のだし煮 じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁・フルーツ(みかん)
			31	金	かゆ 鶏肉のとろとろトマト煮 小松菜サラダ みそ汁