



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	木	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・焼ふ・味噌	16	金	かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮 もやしと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・出し汁・もやし・人参・チンゲン菜・醤油・バナナ
2	金	かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・出し汁・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・醤油・オレンジ	17	土	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりと人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・味噌・きゅうり・人参・花ふ・醤油
3	土			18	日		
4	日			19	月	かゆ 鶏肉のトマト煮 野菜のだし煮	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・ほうれん草・玉ねぎ・人参・出し汁
5	月			20	火	かゆ 白糸タラと野菜のほくほく煮 玉ねぎのだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・じゃが芋・人参・出し汁・玉ねぎ・大根・味噌・オレンジ
6	火			21	水	鶏肉と野菜のわかめうどん かぼちやのマッシュ フルーツ(バナナ)	うどん・鶏肉・キャベツ・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちや・バナナ
7	水	鶏肉と野菜のわかめうどん かぼちやのマッシュ	うどん・鶏肉・キャベツ・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちや	22	木	かゆ 高野豆腐と玉ねぎのとろみ煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・人参・さつま芋・味噌
8	木	かゆ 高野豆腐と玉ねぎのとろみ煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・人参・さつま芋・味噌	23	金	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 大根と人参のやわらか煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・味噌・大根・人参・花ふ・醤油
9	金	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 大根と人参のやわらか煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・味噌・大根・人参・花ふ・醤油	24	土	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろろ煮 チンゲン菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・人参・白菜・味噌
10	土	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろろ煮 チンゲン菜と人参のくたくた煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・人参・白菜・味噌・ヨーグルト・砂糖	25	日		
11	日			26	月	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・味噌・片栗粉・ブロッコリー・人参・ワカメ・醤油
12	月	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 トマトサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・味噌・片栗粉・トマト・人参・ワカメ・醤油	27	火	かゆ 助宗タラと春野菜のだし煮 かぼちやとスナッPEndウのサラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・玉ねぎ・人参・グリーンアスパラ・出し汁・かぼちや・スナッPEndウ・豆腐・小松菜・醤油
13	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 小松菜と人参のサラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・小松菜・人参・かぼちや・豆腐・醤油	28	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 もやしサラダ スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・もやし・チンゲン菜・バナナ
14	水	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 もやしサラダ スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・もやし・チンゲン菜・バナナ	29	木	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・焼ふ・味噌
15	木	かゆ 豆腐と野菜のコトコ煮 さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・焼ふ・味噌	30	金	かゆ 白糸タラとキャベツのだし煮 もやしと人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・キャベツ・出し汁・もやし・人参・チンゲン菜・醤油・バナナ
				31	土	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりと人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・味噌・きゅうり・人参・花ふ・醤油