



2021年9月 离乳食予定献立表

日 に ち	離乳の開始				日 に ち	離乳の完了				日 に ち	離乳の開始				離乳の完了			
	離乳初期 (5・6ヶ月頃)		離乳中期 (7・8ヶ月頃)			離乳後期 (9~11ヶ月頃)					離乳初期 (5・6ヶ月頃)		離乳中期 (7・8ヶ月頃)		離乳後期 (9~11ヶ月頃)			
	なめらかにつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	昼 食		午後おやつ		なめらかにつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	昼 食	午後おやつ		なめらかにつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	昼 食	午後おやつ
1 水		全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、さやいんげん) 煮物(人参、高野豆腐) スープ(もやし)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、さやいんげん、みそ) 煮物(人参、高野豆腐、しょうゆ) すまし汁(もやし、しょうゆ)	スティックパン (米粉パン)	16 木			全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、さやいんげん) 煮物(人参、高野豆腐) スープ(もやし)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、さやいんげん、みそ) 煮物(人参、高野豆腐、しょうゆ) すまし汁(もやし、しょうゆ)	スティックパン (米粉パン)				全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、さやいんげん、みそ) 煮物(人参、高野豆腐、しょうゆ) すまし汁(もやし、しょうゆ)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、さやいんげん、みそ) 煮物(人参、高野豆腐、しょうゆ) すまし汁(もやし、しょうゆ)	スティックパン (米粉パン)		
2 木		全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、なす) 煮物(きゅうり、もやし) スープ(豆腐)	全がゆ～軟飯 煮物(豚ひき肉、なす、みそ) 和え物(もやし、きゅうり、しょうゆ) スープ(豆腐、塩)	米粉ケーキ (米粉、砂糖、豆乳、油、ベーキングパウダー)	17 金			全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、なす) 煮物(きゅうり、もやし) スープ(豆腐)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ひき肉、なす、みそ) 和え物(もやし、きゅうり、しょうゆ) スープ(豆腐)	米粉ケーキ (米粉、砂糖、豆乳、油、ベーキングパウダー)				全がゆ～軟飯 煮物(鶏ひき肉、なす、みそ) 和え物(もやし、きゅうり、しょうゆ) スープ(豆腐、塩)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ひき肉、なす、みそ) 和え物(もやし、きゅうり、しょうゆ) スープ(豆腐、塩)	米粉ケーキ (米粉、砂糖、豆乳、油、ベーキングパウダー)		
3 金		全がゆ～ 煮魚(鮭) 煮物(キャベツ、人参) スープ(小松菜)	全がゆ～軟飯 焼き魚(鮭、塩) 和え物(キャベツ、人参、塩) みそ汁(小松菜、かぶ、みそ)	おかゆ～おにぎり (米、みそ)	18 土			全がゆ～ 煮魚(鮭)	全がゆ～軟飯 煮物(キャベツ、人参) スープ(小松菜)	おかゆ～おにぎり (米、みそ)	全がゆ～軟飯 焼き魚(鮭、塩) 和え物(キャベツ、人参、塩) みそ汁(小松菜、みそ)	赤ちゃんせんべい						
4 土		全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、玉ねぎ) 煮物(きゅうり、人参) スープ(大根)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ) 煮物(きゅうり、人参、みそ) みそ汁(大根、もやし、みそ)	赤ちゃんせんべい	21 火			全がゆ～ 煮物(鮭)	全がゆ～軟飯 煮物(鮭) 煮物(大根、きゅうり) スープ(人参)	赤ちゃんせんべい	全がゆ～軟飯 焼き魚(鮭、塩) 和え物(大根、きゅうり、塩) すまし汁(人参、しょうゆ)	おかゆ～おにぎり (米、きな粉、砂糖)						
6 月		全がゆ～ 煮物(鮭) 煮物(ほうれん草、人参) スープ(青のり、玉ねぎ)	全がゆ～軟飯 煮魚(鮭、しょうゆ) サラダ(ほうれん草、人参、ひじき、しょうゆ) みそ汁(青のり、玉ねぎ、みそ)	米粉蒸しパン (米粉、砂糖、豆乳、油、ベーキングパウダー)	22 水			全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、豆腐)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ひき肉、豆腐) 煮物(チンゲン菜、もやし) スープ(人参)	米粉蒸しパン (米粉、砂糖、豆乳、油、ベーキングパウダー)	肉団子(豚ひき肉、豆腐、片栗粉、しょうゆ) 煮物(チンゲン菜、もやし) スープ(人参、塩)	ふかしいも (さつまいも)						
7 火		全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、豆腐) 煮物(チンゲン菜、もやし) スープ(人参)	全がゆ～軟飯 肉団子(豚ひき肉、豆腐、片栗粉、しょうゆ) 和え物(チンゲン菜、もやし、しょうゆ) スープ(人参、塩)	ふかしいも (さつまいも)	24 金			全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、玉ねぎ)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、しょうゆ) 煮物(かぼちゃ、いんげん) スープ(さつまいも)	ふかしいも (さつまいも)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、しょうゆ) 煮物(かぼちゃ、いんげん、しょうゆ) みそ汁(さつまいも、みそ)	スティックパン (米粉パン)						
8 水		全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、玉ねぎ) 煮物(かぼちゃ、いんげん) スープ(さつまいも)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、しょうゆ) 煮物(かぼちゃ、いんげん、しょうゆ) みそ汁(かぼちゃ、みそ)	スティックパン (米粉パン)	25 土			全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、人参)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ひき肉、人参) 煮物(玉ねぎ、きゅうり) スープ(切干大根)	スティックパン (米粉パン)	全がゆ～軟飯 煮物(豚ひき肉、人参、しょうゆ) サラダ(玉ねぎ、きゅうり、しょうゆ) みそ汁(切干大根、みそ)	赤ちゃんせんべい						
9 木		全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、小松菜) 煮物(人参、ブロッコリー) スープ(大根)	全がゆ～軟飯 そぼろ煮(鶏ひき肉、小松菜、みそ) 和え物(人参、ブロッコリー、しょうゆ) すまし汁(大根、しょうゆ)	おかゆ～おにぎり (米、玉ねぎ、しょうゆ)	27 月			全がゆ～ 煮物(鮭)	全がゆ～軟飯 煮物(鮭) 煮物(小松菜、人参) スープ(かぼちゃ)	おかゆ～おにぎり (米、玉ねぎ、しょうゆ)	全がゆ～軟飯 焼き魚(鮭、塩) 和え物(小松菜、人参、しょうゆ) みそ汁(かぼちゃ、みそ)	米粉蒸しパン (米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油)						
10 金		全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、人参) 煮物(玉ねぎ、きゅうり) スープ(切干大根)	全がゆ～軟飯 煮物(豚ひき肉、人参、しょうゆ) サラダ(玉ねぎ、きゅうり、ひじき、しょうゆ) みそ汁(切干大根、みそ)	米粉蒸しパン (米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油)	28 火			全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、じゃがいも)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、じゃがいも) 煮物(人参、玉ねぎ) スープ(ほうれん草)	米粉蒸しパン (米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、じゃがいも、みそ) 煮物(人参、玉ねぎ、しょうゆ) すまし汁(ほうれん草、しょうゆ)	おかゆ～おにぎり (米、青のり、塩)						
11 土		全がゆ～ 煮物(鮭) 煮物(キャベツ、人参) スープ(高野豆腐)	全がゆ～軟飯 煮魚(鮭、しょうゆ) サラダ(キャベツ、人参、塩) すまし汁(高野豆腐、しょうゆ)	赤ちゃんせんべい	29 水			全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、小松菜)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ひき肉、小松菜) 煮物(人参、ブロッコリー) スープ(大根)	赤ちゃんせんべい	全がゆ～軟飯 そぼろ煮(豚ひき肉、小松菜、みそ) 和え物(人参、ブロッコリー、しょうゆ) すまし汁(大根、しょうゆ)	おかゆ～おにぎり (米、玉ねぎ、しょうゆ)						
13 月		全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、大根) 煮物(きゅうり、人参) スープ(もやし)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ひき肉、大根、しょうゆ) 和え物(きゅうり、人参、しょうゆ) みそ汁(もやし、みそ)	スティックパン (米粉パン)	30 木			全がゆ～ 煮物(鮭)	全がゆ～軟飯 煮物(鮭) 煮物(ほうれん草、人参) スープ(青のり、玉ねぎ)	スティックパン (米粉パン)	全がゆ～軟飯 煮魚(鮭、しょうゆ) 煮物(ほうれん草、人参、ひじき、しょうゆ) みそ汁(青のり、玉ねぎ)	米粉蒸しパン (米粉、砂糖、豆乳、油、ベーキングパウダー)						
14 火		全がゆ～ 煮物(鮭) 煮物(小松菜、人参) スープ(かぼちゃ)	全がゆ～軟飯 焼き魚(鮭、塩) 和え物(小松菜、人参、しょうゆ) みそ汁(かぼちゃ、みそ)	米粉蒸しパン (米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油)				◎献立は、その日の食材の备注状況などにより変更になることがあります。御了承ください。										
15 水		全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、じゃがいも) 煮物(人参、玉ねぎ) スープ(ほうれん草)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、じゃがいも、みそ) 煮物(人参、玉ねぎ、しょうゆ) すまし汁(ほうれん草、しょうゆ)	おかゆ～おにぎり (米、青のり、塩)				※離乳食は、発達に合わせて進めていきます。										
								※離乳食を完了したお子様のメニューは基本的に乳児さんと同じです。										
								※離乳食には、握って一人で食べられるようにスティック野菜を提供します。										