



9月の離乳食予定献立表



日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
2	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・はくさい こまつな	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 かれい・はくさい・醤油・砂糖 こまつな・味噌	にんじん煮	にんじん 醤油・砂糖
3	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ チンゲン菜	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぼちゃ・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	きなこ粥	米・きなこ
4	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぶ かぶ菜	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぶ・醤油・砂糖 かぶ菜・味噌	磯粥	米・青のり
5	木	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・だいこん ほうれんそう	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・だいこん・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
6	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー わかめ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 わかめ・味噌	みかん	みかん
7	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ こまつな	うどん	うどん・ほうれんそう	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	うどん	うどん・ほうれんそう 醤油・砂糖
9	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん チンゲン菜	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	さつまいも煮	さつまいも 醤油・砂糖
10	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・きゅうり こまつな	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・きゅうり・醤油・砂糖 こまつな・味噌	和風粥	米・かつお節
11	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも ほうれんそう	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
12	木	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・かぼちゃ わかめ	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・かぼちゃ・醤油・砂糖 わかめ・味噌	しらす粥	米・しらす
13	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー チンゲン菜	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
14	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん こまつな	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 こまつな・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
16	月	祝日〈敬老の日〉							

※中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくトロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※食材の都合により、献立が変更になることがあります。





9月の離乳食予定献立表



日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
17	火	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー えのき	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・醤油・砂糖 えのき・味噌	きなこ粥	米・きなこ
18	水	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん こまつな	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん・醤油・砂糖 こまつな・味噌	さつまいも煮	さつまいも 醤油・砂糖
19	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・だいこん しめじ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・だいこん・醤油・砂糖 しめじ・味噌	磯粥	米・青のり
20	金	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・キャベツ チンゲン菜	じゃがいも煮	じゃがいも	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・キャベツ・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	じゃがいも煮	じゃがいも 醤油・砂糖
21	土	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・たまねぎ わかめ	うどん	うどん・ほうれんそう	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・たまねぎ・醤油・砂糖 わかめ・味噌	うどん	うどん・ほうれんそう 醤油・砂糖
23	月	祝日<振替休日>							
24	火	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー チンゲン菜	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	和風粥	米・かつお節
25	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ こまつな	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
26	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さつまいも こまつな	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さつまいも・醤油・砂糖 こまつな・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
27	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん ほうれんそう	りんごのコンポート	りんご	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	りんごのコンポート	りんご 砂糖
28	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも こまつな	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも・醤油・砂糖 こまつな・味噌	しらす粥	米・しらす
30	月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん チンゲン菜	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	磯粥	米・青のり

※中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくとロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※食材の都合により、献立が変更になることがあります。



