

10月



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	水	かいゆ 助宗タラとキャベツのみそ煮 さつま芋と玉ねぎのとりみ煮 すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・人参・出し汁・味噌・さつま芋・玉ねぎ・片栗粉・大根・醤油・りんご	16	木	かいゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・ワカメ・味噌
2	木	かいゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・ワカメ・味噌	17	金	かいゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 小松菜とトマトのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・れんこん・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・トマト・焼ふ・味噌
3	金	かいゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 小松菜とトマトのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・れんこん・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・トマト・焼ふ・味噌	18	土	かいゆ 助宗タラと白菜のだし煮 玉ねぎ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・白菜・出し汁・玉ねぎ・人参・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖
4	土	かいゆ 助宗タラと白菜のだし煮 玉ねぎ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・白菜・出し汁・玉ねぎ・人参・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	19	日		
5	日			20	月	鶏肉のほくほく味噌うどん 小松菜と人参のだし煮 フルーツ(りんご)	うどん・鶏肉・かぼちゃ・大根・出し汁・味噌・小松菜・人参・りんご
6	月	鶏肉のくたくた味噌うどん 大根と人参のだし煮 フルーツ(りんご)	うどん・鶏肉・かぼちゃ・小松菜・出し汁・味噌・大根・人参・りんご	21	火	かいゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・れんこん・花ふ・味噌
7	火	かいゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・れんこん・花ふ・味噌	22	水	かいゆ 白菜タラとかぼちゃのほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・かぼちゃ・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖
8	水	かいゆ 白菜タラとかぼちゃのほくほく煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・かぼちゃ・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	23	木	かいゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜サラダ スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・大根・ワカメ・バナナ
9	木	かいゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜サラダ スープ・フルーツ(バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・大根・ワカメ・バナナ	24	金	かいゆ 鶏肉とさつま芋のほっこり煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・玉ねぎ・味噌
10	金	かいゆ 鶏肉とさつま芋のほっこり煮 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・さつま芋・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・玉ねぎ・味噌	25	土	かいゆ 助宗タラと野菜のとりみ煮 大根のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・花ふ・味噌・オレンジ
11	土	かいゆ 助宗タラと野菜のとりみ煮 大根のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・花ふ・味噌・オレンジ	26	日		
12	日			27	月	かいゆ 助宗タラと野菜のだし煮 チンゲン菜のくたくた煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・じゃが芋・味噌・りんご
13	月			28	火	かいゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 トマトとほうれん草のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・ほうれん草・豆腐・玉ねぎ・味噌
14	火	かいゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 かぶとほうれん草のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ほうれん草・豆腐・玉ねぎ・味噌	29	水	かいゆ 助宗タラとキャベツのみそ煮 さつま芋と玉ねぎのとりみ煮 すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・人参・出し汁・味噌・さつま芋・玉ねぎ・片栗粉・大根・醤油・りんご
15	水	かいゆ 助宗タラとキャベツのみそ煮 さつま芋と玉ねぎのとりみ煮 すまし汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・人参・出し汁・味噌・さつま芋・玉ねぎ・片栗粉・大根・醤油・りんご	30	木	かいゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・ワカメ・味噌
				31	金	かぼちゃかいゆ 鶏肉とれんこんのトマト煮 人参サラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・かぼちゃ・鶏肉・玉ねぎ・れんこん・トマト・水・精製塩・人参・小松菜・出し汁・醤油・オレンジ