



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			16	金	かゆ 鶏肉のとろとろトマト煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・片栗粉・小松菜・かぶ・出し汁・味噌
2	金			17	土	かゆ 助宗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)	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・豆腐・白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌・オレンジ
3	土			18	日		
4	日			19	月	かゆ 白糸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)	おかゆ・シロイトタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・りんご
5	月	かゆ 白糸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	おかゆ・シロイトタラ・かぼちゃ・出し汁・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	20	火	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	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・ブロッコリー・チンゲン菜・味噌
6	火	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	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・ブロッコリー・チンゲン菜・味噌	21	水	かゆ 助宗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)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・豆腐・ワカメ・醤油・バナナ
7	水	かゆ 助宗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)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・豆腐・ワカメ・醤油・バナナ	22	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	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・チンゲン菜・ヨーグルト
8	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	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・チンゲン菜・ヨーグルト	23	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)	おかゆ・鶏肉・白菜・れんこん・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・バナナ
9	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	おかゆ・鶏肉・白菜・れんこん・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・焼ふ・ワカメ・味噌	24	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・大根・小松菜・ソーメン・醤油
10	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・大根・小松菜・ソーメン・醤油	25	日		
11	日			26	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)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・チンゲン菜・人参・豆乳・水・精製塩・きゅうり・オレンジ
12	月			27	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・ワカメ・味噌・りんご
13	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほくほく煮 キャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・ワカメ・味噌	28	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・ソーメン
14	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・醤油・砂糖・チンゲン菜・人参・ソーメン	29	木	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・さつま芋・きゅうり・豆腐・味噌・みかん
15	木	かゆ 助宗タラと野菜のとろとろだし煮 さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(みかん)	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・片栗粉・さつま芋・きゅうり・豆腐・味噌・みかん	30	金	かゆ 鶏肉のとろとろトマト煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・片栗粉・小松菜・かぶ・出し汁・味噌
				31	土	かゆ 助宗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)	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・豆腐・白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌・オレンジ