



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	日			16	月	かゆ 助宗タラのトマト煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・じゃが芋・味噌・オレンジ
2	月	かゆ 助宗タラのトマト煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・じゃが芋・味噌・オレンジ	17	火	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・花ふ・味噌
3	火	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・花ふ・味噌・りんご	18	水	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 かぼちゃと人参のとろみ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・片栗粉・もやし・ワカメ・味噌・オレンジ
4	水	かゆ 白糸タラとブロッコリーのだし煮 かぼちゃと人参のとろみ煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・片栗粉・もやし・ワカメ・味噌・オレンジ	19	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌
5	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	20	金	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 キャベツと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・キャベツ・人参・大根・もやし・味噌・バナナ
6	金	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 キャベツと人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・キャベツ・人参・大根・もやし・味噌・バナナ	21	土	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・人参・玉ねぎ・味噌
7	土	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた煮 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・人参・玉ねぎ・味噌	22	日		
8	日			23	月		
9	月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 かぶサラダ みそ汁・ゆめん	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ソーメン・味噌	24	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 玉ねぎとれんこんのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・れんこん・白菜・味噌
10	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 玉ねぎとれんこんのやわらか煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・れんこん・白菜・味噌・りんご	25	水	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・人参・なす・味噌
11	水			26	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・チンゲン菜・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖
12	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマト煮 人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・チンゲン菜・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	27	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・豆腐・じゃが芋・オレンジ
13	金	人参かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 キャベツサラダ スープ・フルーツ(オレンジ)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・豆腐・じゃが芋・オレンジ	28	土	くたくた鶏うどん ほうれん草のサラダ フルーツ(りんご)	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・りんご
14	土	くたくた鶏うどん ほうれん草のサラダ フルーツ(りんご)	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・りんご				
15	日						