

2022年度 9月 離乳食予定献立表

		3回食(10~12か月)	完了前期食(13~15か月)			3回食(10~12か月)	完了前期食(13~15か月)
1 15 29 (木)	午前	全がゆ→軟飯 みそ汁 鶏ひき肉の野菜煮 じゃが芋煮	軟飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き スティックサラダ トマト(皮むき)	8 22 (木)	午前	全がゆ→軟飯 すまし汁 豆腐つくね焼き かぶ煮	ゆかり軟飯 すまし汁 豆腐つくね焼き キャベツごま和え
	午後	トースト しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ	きなこサンド クラッカー くだもの 野菜スープ		午後	トースト おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	バナナヨーグルト バリバリ揚げ 野菜スープ
2 16 30 (金)	午前	全がゆ→軟飯 みそ汁 納豆野菜煮 かぶ煮	納豆ひき肉丼 みそ汁 かぶのゆかり和え	9 (金)	午前	全がゆ→軟飯 みそ汁 かじき野菜あんかけ 里芋煮	軟飯 みそ汁 かじきカツ 里芋そぼろあん
	午後	おにぎり たら野菜煮 くだもの 野菜スープ 野	チーズスコーン レーズン くだもの 野菜スープ		午後	おにぎり 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	梨ケーキ 煮豆 くだもの 野菜スープ
3 17 (土)	午前	しらすの和風パスタ キャバタマスープ じゃが芋煮	しらすの和風パスタ キャバタマスープ バイドポテト	10 24 (土)	午前	野菜うどん しらす野菜煮 さつま芋煮	焼きうどん わかめスープ さつま芋煮
	午後	おにぎり おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ 野	おかかおにぎり クラッカー くだもの 野菜スープ		午後	ツナおにぎり おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	ツナおにぎり クラッカー くだもの 野菜スープ
5 (月)	午前	全がゆ→軟飯 すまし汁 鮭野菜あんかけ かぼちゃ煮	鮭の炊き込み軟飯 すまし汁 切干大根煮 かぼちゃ煮	12 26 (月)	午前	全がゆ→軟飯 みそ汁 鮭おくらあんかけ かぼちゃ煮	軟飯 みそ汁 鮭のみそ焼き おくらポン酢
	午後	さつま芋おやき 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ	スイートポテトフライ きなこ棒 くだもの 野菜スープ		午後	きなこおにぎり 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ	きなこおはぎ せんべい くだもの 野菜スープ
6 20 (火)	午前	全がゆ→軟飯 なめこ汁 肉じゃが(ひき肉) ブロッコリー煮	軟飯(ふりかけ) なめこ汁 肉じゃが ブロッコリーごま和え	13 27 (火)	午前	全がゆ→軟飯 コーンスープ しらすのじゃが芋煮 ブロッコリー煮	カレーライス コーンスープ ブロッコリーピクルス
	午後	トースト しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ	じゃこトースト レーズン くだもの 野菜スープ		午後	トースト おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	コロコロラスク レーズン くだもの 野菜スープ
7 21 (水)	午前	全がゆ→軟飯 みそ汁 たら野菜煮 ひじき茶巾	軟飯 みそ汁 あじのかば焼き ひじき煮 おくら和え	14 28 (水)	午前	全がゆ→軟飯 みそ汁 たら枝豆あん にんじん煮	枝豆ごはん みそ汁 さわらさっぱり煮 にんじんしりしり 海苔あえ
	午後	おにぎり 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	カレーおにぎり せんべい くだもの 野菜スープ		午後	じゃが芋おやき 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ 野	ハッシュドポテト せんべい くだもの 野菜スープ

*離乳食に使用している食材
 鮭—北海道産、たら—北海道産
 あじ—長崎県産、かじき—和歌山県産
 さわら—福岡県産
 くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

☆この他に野菜スティックがつかます。
 ☆完了前期食には毎食牛乳(温)が付きます。
 ★☆今月のくだもの☆☆
 バナナ、みかん、ぶどう、柿、梨、りんご