



# 2022年 9月 離乳食 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom



日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
1 (木)	昼食	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 豆腐としばーの煮物 みそ汁 (はくさい)	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 豆腐と青菜の煮物 みそ汁 (はくさい)	おかゆ 大根・にんじんペースト 青菜豆腐 かつおだし汁	米 鶏肉 だいこん にんじん いんげん 豆腐 豚しばー ほうれんそう はくさい
	おやつ	野菜雑炊(みそ) くだもの			おかゆ キャベツ わかめ バナナ
2 (金)	昼食	そぼろあんかけ丼 マッシュポテト (にんじん) 冬瓜スープ りんご (おろし)	そぼろあんかけ丼 マッシュポテト (にんじん) 冬瓜スープ りんご (おろし)	おかゆ ほうれん草ペースト ポテト・にんじんペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 ほうれんそう たまねぎ にんじん じゃがいも にんじん ポテト・にんじんペースト とうがん りんご
	おやつ	しらすとわかめのお粥 ヨーグルト			
3 (土)	昼食	煮込みうどん (ツナ) 豆腐とキャベツのとろみ煮 かぼちゃの甘煮	煮込みうどん (ツナ) 豆腐とキャベツのとろみ煮 かぼちゃマッシュ	おかゆ 豆腐とキャベツのペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	うどん (小麦) ツナ缶 こまつな にんじん 豆腐 キャベツ かぼちゃ だし汁
	おやつ	ひじき粥 みかん			米 ひじき にんじん みかん
5 (月)	昼食	そぼろあんかけ丼 (みそ) 大根とツナの煮物 みそ汁 (玉ねぎ・アーサ) バナナ (スライス)	そぼろあんかけ丼 (みそ) 大根とツナの煮物 みそ汁 (玉ねぎ・アーサ) つぶしバナナ	おかゆ 大根・にんじんペースト かつおだし汁 バナナペースト	米 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ だいこん にんじん ツナ缶 玉ねぎ わかめ バナナ
	おやつ	ひじき雑炊 みかん			米 ひじき にんじん みかん
6 (火)	昼食	おかゆ 白身魚のコーンみそ煮 さつまいもと昆布の煮物 ゆし豆腐汁	おかゆ 白身魚のコーンみそ煮 さつまいもと青菜の煮物 ゆし豆腐汁	おかゆ 白身魚のコーンポタージュ さつまいもペースト	米 キング たまねぎ クリームコーン さつまいも こまつな こんぶ ゆし豆腐 だし汁
	おやつ	トマトスープ 食パン (一口大カット)			マカロニ じゃがいも たまねぎ にんじん トマト 食パン (小麦)
7 (水)	昼食	おかゆ ポテトバーグ 白菜のトマト煮 かつおだし汁	おかゆ ポテトのそぼろ煮 白菜のトマト煮 かつおだし汁	おかゆ ポテトペースト 白菜・にんじんペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 じゃがいも はくさい にんじん たまねぎ トマト だし汁
	おやつ	しらすとわかめのお粥 バナナ			しらす わかめ バナナ
8 (木)	昼食	野菜煮込みうどん 大根とひじきの煮物 りんご (おろし)	野菜煮込みうどん 鶏肉と大根の煮物 りんご (おろし)	おかゆ ほうれん草・にんじんペースト りんごおろし煮 かつおだし汁	うどん (小麦) ツナ缶 ほうれんそう たまねぎ にんじん 鶏ひき肉 だいこん ひじき だし汁 りんご
	おやつ	一口おにぎり (わかめ) 野菜スティック (ゆで)			米 わかめ にんじん
9 (金)	昼食	おかゆ しばーと豆腐のみそ煮 かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 (だいこん・わかめ)	おかゆ 豆腐のみそ煮 かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 (だいこん・わかめ)	おかゆ 青菜豆腐 かぼちゃペースト かつおだし汁	米 豚しばー 豆腐 こまつな にんじん かぼちゃ いんげん 鶏ひき肉 だいこん わかめ
	おやつ	鶏雑炊 みかん			米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん みかん
10 (土)	昼食	おかゆ 鶏じゃが煮 なすのおろし煮 かつおだし汁	おかゆ 鶏じゃが煮 なすのおろし煮 かつおだし汁	おかゆ じゃがいもとにんじんのマッシュ なすのおろし煮 かつおだし汁	米 ささ身 じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん なす だいこん だし汁
	おやつ	野菜雑炊 バナナ			米 ほうれんそう にんじん バナナ
12 (月)	昼食	おかゆ 夏野菜のトマト煮 キャベツのクリームコーン煮 かつおだし汁	おかゆ 夏野菜のトマト煮 キャベツのクリームコーン煮 かつおだし汁	おかゆ にんじんペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 なす たまねぎ にんじん ピーマン トマト キャベツ たまねぎ クリームコーン だし汁
	おやつ	わかめ粥 みかん			米 わかめ みかん缶
13 (火)	昼食	おかゆ 魚とじゃがいもの煮物 大根の煮物 豆腐スープ	おかゆ 魚とじゃがいもの煮物 大根の煮物 豆腐スープ	おかゆ 魚とじゃがいものポタージュ 大根とにんじんのおろし煮	米 キング じゃがいも ほうれんそう 豚肉 だいこん にんじん 豆腐
	おやつ	一口おにぎり (あおのり) バナナ			米 青のり粉 バナナ
14 (水)	昼食	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ かぼちゃとしらすの煮物 みそ汁 (冬瓜)	おかゆ 豆腐と野菜のとろみ煮 かぼちゃとしらすの煮物 みそ汁 (冬瓜)	おかゆ つぶし豆腐と青菜ペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 ほうれんそう たまねぎ にんじん かぼちゃ たまねぎ しらす干し 冬瓜
	おやつ	きなこトースト みかん			食パン マーガリン グラニュー糖 きな粉 みかん缶
15 (木)	昼食	お誕生会 (お弁当)			
	おやつ	煮込みうどん りんご (おろし)			うどん (小麦) ツナ缶 にんじん ほうれんそう たまねぎ りんご



# 2022年 9月 離乳食 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom



日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
16 (金)	昼食	おかゆ 鶏じゃが煮 大根と青菜の煮物 みそ汁 (わかめ)	おかゆ 鶏じゃが煮 大根と青菜の煮物 みそ汁 (わかめ)	おかゆ 根菜ペースト 大根と青菜ペースト かつおだし汁	米 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん だいこん こまつな わかめ
	おやつ	しらすとわかめのお粥 みかん			米 しらす干し わかめ みかん缶
17 (土)	昼食	おかゆ 豆腐とキャベツの煮物 豚レバーマッシュ みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ 豆腐とキャベツの煮物 マッシュポテト みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ キャベツ・にんじんペースト ポテトペースト かつおだし汁	米 豚肉 豆腐 キャベツ にんじん じゃがいも 豚レバー ほうれん草
	おやつ	ひじき雑炊 バナナ			米 ひじき にんじん バナナ
20 (火)	昼食	おかゆ 豆腐となすのそぼろ煮 さつまいものお焼き かつおだし汁	おかゆ 豆腐となすのそぼろ煮 さつまいもマッシュ かつおだし汁	おかゆ つぶし豆腐とにんじんペースト さつまいもペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 なす にんじん たまねぎ さつまいも こまつな だし汁
	おやつ	野菜雑炊 ヨーグルト			米 ほうれんそう にんじん ヨーグルト
21 (水)	昼食	さつまいも粥 白身魚と野菜の煮物 大根とひじきの煮物 みそ汁 (冬瓜)	さつまいも粥 白身魚と野菜の煮物 大根とひじきの煮物 みそ汁 (冬瓜)	さつまいも粥 白身魚と野菜のペースト 大根おろし煮 かつおだし汁	米 さつまいも キング たまねぎ にんじん ひじき だいこん いんげん 冬瓜
	おやつ	一口おにぎり (わかめ) 野菜スティック (ゆで)			米 わかめ にんじん
22 (木)	昼食	野菜煮込みみそうどん 豆腐としらす煮 かぼちゃの甘煮	野菜煮込みみそうどん 豆腐としらす煮 かぼちゃマッシュ	おかゆ つぶし豆腐と青菜ペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	うどん (小麦) 鶏肉 にんじん キャベツ 豆腐 ほうれんそう しらす干し かぼちゃ だし汁
	おやつ	にんじん粥 りんご (おろし)			米 にんじん りんご
24 (土)	昼食	そぼろあんかけ丼 大根とツナの豆乳煮 りんご (おろし) みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	そぼろあんかけ丼 大根とツナの豆乳煮 りんご (おろし) みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 大根・にんじんペースト おろしりんご かつおだし汁	米 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ ピーマン だいこん ほうれんそう ツナ缶 だし汁 豆乳 りんご わかめ 玉ねぎ
	おやつ	青菜粥 バナナ			米 こまつな バナナ
26 (月)	昼食	おかゆ マカロニとなすのトマト煮 キャベツのコーンクリーム煮 かつおだし汁	おかゆ マカロニとなすのトマト煮 キャベツのコーンクリーム煮 かつおだし汁	おかゆ キャベツのコーンクリーム煮 にんじん・玉ねぎペースト かつおだし汁	米 コーン 鶏レバー 鶏ひき肉 なす たまねぎ にんじん ピーマン トマト キャベツ にんじん クリームコーン だし汁
	おやつ	一口おにぎり (しらす・わかめ) くだもの			米 しらす わかめ バナナ
27 (火)	昼食	おかゆ 魚とじゃがいもの煮物 いり豆腐煮 かつおだし汁	おかゆ 魚とじゃがいもの煮物 いり豆腐煮 かつおだし汁	おかゆ 魚とじゃがいものペースト ほうれん草・にんじんペースト かつおだし汁	米 キング じゃがいも 豆腐 ほうれんそう にんじん だし汁
	おやつ	鶏雑炊 ヨーグルト			米 鶏ひき肉 ひじき にんじん ヨーグルト
28 (水)	昼食	おかゆ 白菜と大根のやわらか煮 さつまいもと昆布の煮物 かつおだし汁	おかゆ 白菜と大根のやわらか煮 さつまいもと昆布の煮物 かつおだし汁	おかゆ 白菜・にんじんペースト さつまいもペースト かつおだし汁	米 豚肉 はくさい だいこん にんじん いんげん さつまいも こんぶ だし汁
	おやつ	みそ煮込みうどん くだもの			うどん (小麦) ささ身 にんじん はくさい バナナ
29 (木)	昼食	おかゆ 豆腐とかぼちゃの煮物 麩とほうれん草の煮物 みそ汁 (もずく)	おかゆ 豆腐とかぼちゃの煮物 麩とほうれん草の煮物 みそ汁 (もずく)	おかゆ つぶし豆腐とかぼちゃペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 豆腐 かぼちゃ 鶏ひき肉 麩 ほうれんそう にんじん もずく
	おやつ	ひじき雑炊 みかん			米 ひじき にんじん みかん缶
30 (金)	昼食	そぼろあんかけ丼 キャベツとしらすの煮物 みそ汁 (もずく) バナナ (スライス)	そぼろあんかけ丼 キャベツとしらすの煮物 みそ汁 (もずく) バナナ (つぶし)	おかゆ ほうれん草ペースト キャベツ・にんじんペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 ほうれんそう にんじん たまねぎ キャベツ しらす干し もずく バナナ
	おやつ	さつまいも粥 りんご (おろし)			米 さつまいも りんご

※ 児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。