

9月 離乳食献立表

令和3年

きららうえばる保育園

日曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 ヨーグルト状(ペースト)			おやつ (3回食より開始)	日曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 ヨーグルト状(ペースト)			おやつ (3回食より開始)
	中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 豆腐の固さ(マッシュ)	後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月 バナナの固さ(柔らかく刻む)				中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 豆腐の固さ(マッシュ)	後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月 バナナの固さ(柔らかく刻む)		
1 水	初期	つぶし粥 魚のトマトすり流し 南瓜マッシュ すましスープ 果汁		南瓜おじや オニオンスープ	15 水	初期	つぶし粥 野菜ペースト ブロッコリーサラダマッシュ 野菜スープ 果汁		鮭おじや 野菜スープ
	中期	全粥 魚のトマトつぶし煮 つぶし南瓜煮 うどん汁 果物				中期	全粥 ささみのつぶし煮 つぶしブロッコリーサラダ 野菜スープ 果物		
	後期	軟飯 魚のトマト煮 南瓜の煮物 うどん汁 果物				後期	軟飯 ささみの煮物 ブロッコリーサラダ 野菜スープ 果物		
2 木	初期	つぶし粥 野菜煮 ポテトサラダマッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁		おじや 野菜スープ	16 木	初期	つぶし粥 魚のすり流し 野菜ペースト ジャが芋スープ 果汁		バナナ パンケーキ
	中期	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 つぶしポテトサラダ 豆腐のすまし汁 果物				中期	全粥 魚のつぶし煮 野菜のつぶし煮 ジャが芋のみそ汁 果物		
	後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 ポテトサラダ 豆腐のすまし汁 果物				後期	軟飯 魚のおろし煮 野菜の柔らか煮 ジャが芋のみそ汁 果物		
3 金	初期	つぶし粥 魚と野菜のつぶし煮 人参ペースト オニオンスープ 果汁		トマトおじや 小松菜スープ	17 金	初期	つぶし粥 魚のすり流し 野菜マッシュ 白菜スープ 果汁		じゃが芋 おやき
	中期	全粥 鮭の野菜つぶし煮 つぶし人参 オニオンスープ 果物				中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 つぶし豆腐 白菜スープ ヨーグルトあえ		
	後期	軟飯 鮭の野菜煮 人参きんぴら ワカメのみそ汁 果物				後期	軟飯 鶏肉の煮物 いら豆腐 白菜スープ ヨーグルトあえ		
4 土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 小松菜あえマッシュ 大根スープ 果汁		ささみおじや 豆腐のすまし汁	18 土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 小松菜あえマッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁		おじや 小松菜スープ
	中期	全粥 ササミと豆腐のつぶし煮 小松菜のつぶしあえ 大根のみそ汁 果物				中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 つぶし小松菜あえ 豆腐のみそ汁 果物		
	後期	軟飯 ササミと豆腐の煮物 小松菜の和え物 大根のみそ汁 果物				後期	軟飯 鶏肉の煮物 小松菜あえ 豆腐のみそ汁 果物		
6 月	初期	つぶし粥 野菜ペースト つぶしキャベツサラダ オニオンスープ 果汁		にゅうめん	21 火	初期	つぶし粥 魚のミルクすり流し 和え物マッシュ すましスープ 果汁		さつま芋 おやき
	中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮 つぶしキャベツサラダ オニオンスープ 果物				中期	全粥 魚のつぶしミルク煮 つぶし和え物 ゆし豆腐 果物		
	後期	軟飯 ささみと野菜煮 キャベツサラダ ワカメスープ 果物				後期	軟飯 魚のミルク煮 和え物 ゆし豆腐 果物		
7 火	初期	つぶし粥 魚とトマトのつぶし煮 豆腐のすり流し 大根スープ 果汁		おじや 豆腐のすまし汁	22 水	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜ペースト 小松菜スープ 果汁		南瓜おじや 鶏スープ
	中期	全粥 魚のトマトつぶし煮 煮奴 大根のみそ汁 果物				中期	全粥 鶏肉のトマトつぶし煮 つぶし南瓜煮 小松菜スープ 果物		
	後期	軟飯 魚のトマト煮 煮奴 大根のみそ汁 果物				後期	軟飯 鶏肉のトマト煮 南瓜の煮物 小松菜スープ 果物		
8 水	初期	つぶし粥 魚のすり流し汁 小松菜マッシュ すましスープ 果汁		おじや レタススープ	24 金	初期	つぶし粥 さつま芋ペースト 野菜ペースト オニオンスープ 果汁		さつま芋おじや 野菜スープ
	中期	全粥 魚のつぶし煮 小松菜のつぶし白和え ソーメン汁 果物				中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 つぶし野菜煮 オニオンスープ 果物		
	後期	軟飯 魚の煮つけ 小松菜の白和え ソーメン汁 果物				後期	軟飯 鶏肉の煮物 野菜煮 ワカメのみそ汁 果物		
9 木	初期	つぶし粥 白身魚のすり流し 人参ペースト すましスープ 果汁		さつま芋 おやき	25 土	初期	つぶし粥 魚のすり流し ポテトサラダマッシュ 野菜スープ 果汁		おじや じゃが芋スープ
	中期	全粥 鮭のつぶし野菜煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐 果物				中期	全粥 魚のつぶし野菜煮 ポテトサラダ 鶏汁 果物		
	後期	軟飯 鮭の野菜煮 人参炒め煮 ゆし豆腐 果物				後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ 鶏汁 果物		
10 金	初期	つぶし粥 魚のすり流し 和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁		小倉 パンケーキ	27 月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜サラダマッシュ キャベツスープ 果汁		煮込みうどん
	中期	全粥 魚のつぶし野菜煮 つぶし和え物 豆腐のすまし汁 果物				中期	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 南瓜サラダ キャベツのみそ汁 果物		
	後期	軟飯 魚の野菜煮 和え物 豆腐のすまし汁 果物				後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜サラダ キャベツのみそ汁 果物		
11 土	初期	つぶし粥 野菜ペースト サラダマッシュ オニオンスープ 果汁		おじや キャベツスープ	28 火	初期	つぶし粥 魚のすり流し 野菜ペースト 豆腐のすり流し汁 果汁		トマトおじや 大根スープ
	中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 ツナサラダマッシュ コーンスープ 果物				中期	全粥 魚のつぶしトマト煮 つぶし筑前煮 豆腐のすまし汁 果物		
	後期	軟飯 鶏肉の煮物 ツナサラダ コーンスープ 果物				後期	軟飯 魚のトマト煮 筑前煮 豆腐のすまし汁 果物		
13 月	初期	つぶし粥 野菜煮 南瓜サラダマッシュ 冬瓜スープ 果汁		おじや パンプキンスー プ	29 水	初期	つぶし粥 魚のすり流し 人参ペースト 白菜スープ 果汁		さつま芋おじや オニオンスープ
	中期	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 つぶし南瓜サラダ 冬瓜のみそ汁 果物				中期	全粥 魚のつぶし野菜煮 つぶし和え物 白菜のみそ汁 果物		
	後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜サラダ 冬瓜のみそ汁 果物				後期	軟飯 魚の野菜煮 オクラの和え物 白菜のみそ汁 果物		
14 火	初期	つぶし煮 じゃが芋煮マッシュ 人参ペースト 豆腐のすり流し汁 果汁		おじや じゃが芋みそ汁	30 木	初期	つぶし粥 南瓜ペースト 和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁		にゅうめん
	中期	全粥 つぶし肉じゃが 胡瓜のおろしあえ 豆腐のすまし汁 果物				中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 つぶし和え物 豆腐のすまし汁 果物		
	後期	納豆軟飯 肉じゃが 胡瓜の和え物 豆腐のすまし汁 果物				後期	軟飯 鶏肉の煮物 和え物 豆腐のすまし汁 果物		



※ 20日(月)は敬老の日でお休みです。
 ※ 23日(木)は秋分の日でお休みです。
 ※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。

